

# Gaufres Légères et Croustillantes

## Dessert



Note : 1

Portions : 12 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation : 25 min

Temps de cuisson/repos : 120 min

Calories par portion : 284.833 Kcal

Charge glycémique par portion: 26.234

## Les ingrédients

- 75.0 cl lait demi écrémé
- 500.0 gr Farine de blé
- 125.0 gr Beurre
- 4.0 u Oeuf
- 8.0 gr Levure de boulanger (sèche)

## Préparation de la pâte

Délayer la levure dans un peu de lait tiède pour la faire travailler 5 minutes.

Faire fondre le beurre au micro onde dans un bol à puissance minimale et surveiller régulièrement.

Séparer les blancs des jaunes d'œufs. Placer les jaunes dans un saladier et les blancs dans un récipient haut et étroit pour les faire monter en neige.

Dans le saladier, mettre la farine en formant en puit y placer les jaunes et la levure. Mélanger avec un fouet puis incorporer successivement le beurre fondu, le lait en continuant de bien mélanger.

Dans l'autre récipient monter les blancs d'œuf en neige.

Incorporer les blancs en neige dans la préparation à l'aide d'une cuillère en évitant de trop les écraser.

Laisser reposer 4h la préparation à température ambiante

## Cuisson

Vous pouvez cuire directement la pâte et déguster directement les gauffres une fois cuites.

## Présentation

A proposer avec de la confiture, du sucre glace, du sirop d'érable....

