

بان كيك فلافلي

النشخاص : 4

الوقت الكلي: 15 min

وقت التحضير: 5 min

وقت الطبخ: 10 min
الهكونات:

1 ½ كوب (150غ) طحين من اختيارنا (أنظر إلى المهدمة)

1 ملعقة كبيرة سكر

¾ ملعقة صغيرة بودرة الخبز

½ ملعقة صغيرة صودا الخبز

¼ ملعقة صغيرة ملح

1 بيضة، مقسمة بياض وصفار

200مل مخيض اللبن

40غ زبدة (حوالي 3 ملاعق كبيرة)، مذابة ومبردة

½ ملعقة صغيرة فانيليا

طريقة العمل:

1. في وعاء متوسط الحجم يخلط الطحين، السكر، بودرة الخبز، صودا الخبز، والملح.
2. تفصل البيض، مع الاحتفاظ بالبياض جانبا. نضع صفار البيض في وعاء آخر متوسط الحجم، ويخلط مع إضافة مخيض اللبن، الزبدة المذابة، والفانيليا.
3. واللبن نضيف الهزيج الرطب إلى الهزيج الجاف، ونقلب بخفة فقط حتى يختفي الطحين.
4. نسخن مقلاة قلي على درجة حرارة متوسطة. نتركها تسخن وفي هذه الأثناء نقلب بياض البيض بطريقة الطي بخفة بداخل الخليط، فقط حتى لا يصبح البياض ظاهرا.
5. حالها تصبح المقلاة دافئة، نضيف القليل من الزبدة او زيت من اختيارنا، الا اذا كانت المقلاة غير قابلة للالتصاق، ثم نقوم بقلي البان كيك، حوالي 3 ملاعق كبيرة لكل واحدة. نضيف القليل من التوت الطازج (أو رقائق الشوكولاتة!) قبل قلبها على الناحية الأخرى. حالها نرى الفقاقيع نقلب البان كيك لنستمر في الطهي على الناحية الأخرى.
6. نقدم البانكيك وتكدسة ومغطاة برشة من شراب القيقب الدافئ، والمزيد من التوت.