

BLINIS DE PATATES DOUCES

Pour 4 personnes | Préparation : 45 min | Repos : 1h | Cuisson : 45 min



Ingrédients :

- 200 g de patates douces
- 100 g de farine
- 35 g de farine de sarrasin
- 1 c à c de miel
- 12 cl de lait
- 8 cl de crème fraîche
- 1 œuf
- 4 c à s d'huile de tournesol
- 1 c à c de levure sèche de boulanger
- 1 pincée de piment d'Espelette
- ½ c à c de sel

Faites tiédir le lait dans une casserole. Versez-en la moitié dans un verre et émiettez-y la levure. Mélangez pour la diluer. Ajoutez le miel et la crème fraîche dans la casserole de lait, faites tiédir sur feu doux en remuant.

Dans un saladier, mélangez les deux farines avec le sel et le piment d'Espelette. Creusez un puits au centre. Versez-y la levure diluée puis le mélange lait-miel-crème fraîche encore tiède. Mélangez. Cassez l'œuf en séparant le blanc du jaune, réservez le blanc. Incorporez le jaune à la pâte.

Pétrissez-la 2 à 3 min, jusqu'à ce qu'elle soit lisse et souple. Couvrez le saladier d'un linge et réservez la pâte 1 h près d'un radiateur.

Passé ce délai, épluchez les patates douces. Râpez-les et ajoutez-les dans la pâte à blinis. Montez le blanc d'œuf en neige ferme, puis incorporez-le délicatement dans la pâte.

Faites chauffer 1 c. à soupe d'huile de tournesol dans une poêle. Déposez des petits tas de pâte et faites-les dorer sur feu moyen sur chaque face. Réservez-les sur un plat de service. Renouvelez l'opération avec le reste de pâte.

Servez les blinis avec la salsa et le dip (voir lien ci-dessous pour les recettes ☺).

Source recette : <https://www.slowlyveggie.fr/blinis-maison/>