

Pancake allo yogurt e ai lamponi per il brunch di Pasqua.

Che ne pensate di un bel brunch di Pasqua in alternativa al classico pranzo? Eccovi quello che sicuramente troverete sulla mia tavola: una deliziosa treccia al burro fatta in casa spalmata con burro e marmellata, omelette e muesli.

Oltre a diverse altre pietanze tipiche di un brunch, sulla mia tavola non mancano nemmeno delizie che non sono solo una bontà cosmica, ma che si presentano anche sfacciatamente bene come ai semi di chia, yogurt, miele e lamponi. Il loro sapore è morbido e fruttato e sono piuttosto semplici da preparare - nel video vi spiego come fare. Sotto trovate inoltre la ricetta scritta...

Buon appetito!

- 150 g di farina
- 2 cucchiaini di lievito in polvere
- 1/5 cucchiaino di sale
- 2 cucchiaini di zucchero di canna
- 1 cucchiaino di buccia di limone grattugiata
- 1 cucchiaino di semi di chia
- 1 noce e mezza di burro
- 1 cucchiaino di succo di limone
- 1,3 dl di latte intero
- 1 uovo
- 4 cucchiaini pieni di yogurt greco o yogurt proteico come YoQua nature e un paio di cucchiaini di yogurt per guarnire
- Un po' di miele o sciroppo d'agave
- Lamponi freschi per guarnire (in alternativa: bacche surgelate)

1. Mescolare la farina, il lievito in polvere, il sale, lo zucchero di canna, la buccia di limone grattugiata e i semi di chia in una terrina.
2. In un'altra terrina sbattere insieme l'uovo e tutti gli ingredienti liquidi.
3. Unire quindi il composto di ingredienti liquidi agli ingredienti secchi e passare il tutto al mixer.
4. Lasciare riposare l'impasto per circa un'ora.
5. Scaldare poco burro in una padella antiaderente, versare una tazzina di composto al centro della padella (calore medio). Non appena i bordi si staccano, con una spatola dall'altro lato e far cuocere per 2-3 minuti fino a doratura. Mettere al caldo.
6. Presentazione: posizionare sul piatto, con lo yogurt, poi impilare, di nuovo con lo yogurt e proseguire così.
7. Alla fine guarnire con yogurt e lamponi e cospargere il tutto con il miele.

Durata senza tempo di riposo: ca. 30 minuti.