



# GAUFRES LEGERES

DESSERT SANS BEURRE ET SANS SUCRE

LEVURE DE BOULANGER

Pour 4 personnes  
Préparation : 10 minutes  
Repos : 1 heure  
Cuisson : 30 minutes

## INGREDIENTS



- levure boulangère 20 g
- lait 200 g
- eau 200 g

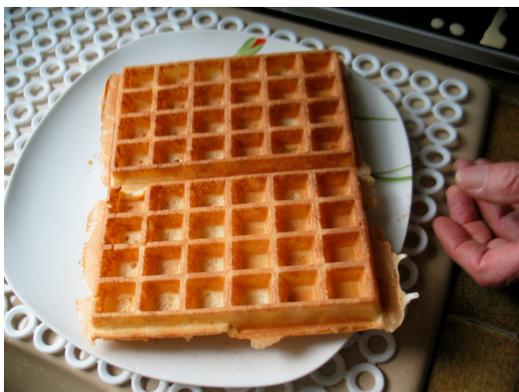
Délayer 2 mn à 37°C/V3

Rajouter progressivement

- farine type 55 250 g
- oeufs 4 200 g
- sel fin 4 g

Mélanger 2 mn/V4

## PREPARATION



Verser la pâte dans un saladier tiède (couvrir).

Laisser “pousser” 1 heure avant cuisson  
(le volume de la pâte doit doubler).

HUILER le gaufrier et le préchauffer 10 mn.

GARNIR le gaufrier de pâte avec une louche.

Laisser cuire tant que la vapeur s'échappe pour que la gaufre roussisse.

Etaler les gaufres sur une grille (pour garder la rigidité).

Servir tiède.