

Dorayaki

 umamiandvegan.fr/dorayaki/

Temps de préparation : 5 min

Temps de repos : 30 min

Temps de cuisson : 20 min

Pour 6 à 8 Dorayaki

Ingrédients :

- 100 g de sucre
- 200 g de yaourt de soja nature
- 4 cuil. à soupe (4 tbsp) de sirop d'érable
- 2 cui. à café (2 tsp) de sauce soja « médium »
- 160 g de farine de blé T55
- 2 cui. à café (2 tsp) de levure chimique
- 380 g d'Anko (recette maison)
- Huile de tournesol

Attention, 2 cuil. à café (5 ml x 2) ne correspond pas à 1 cuil. à soupe (15 ml)

Préparation :

1. Dans un saladier, mélanger le sucre, le yaourt, le sirop d'érable et la sauce soja.
2. Tamiser la farine et la levure dans le saladier puis mélanger jusqu'à obtenir une pâte bien lisse.
3. Couvrir le saladier d'un film plastique et placer 30 min au réfrigérateur.
4. Ajouter 2 cuil. à soupe d'eau (2 tbsp) à la pâte et mélanger **délicatement** jusqu'à ce que l'eau soit bien incorporée.
5. Huiler à l'aide d'un sopalin une poêle à crêpe et la faire chauffer à feu moyen/moyen-doux.
6. Une fois chaude, verser l'équivalent de 1,5 cuil. à soupe (1,5 tbsp) de pâte dans la poêle. Légèrement tapoter le dessus du pancake pour aider la pâte à s'étaler.
7. Retourner le pancake quand celui-ci est bien doré (au bout de 5 min environ) et cuire 2 min de l'autre côté.
8. Les déposer au fur et à mesure dans un plat couvert d'un torchon pour éviter qu'ils ne sèchent. Cela va les aider à se ramollir et à avoir la texture idéale.
9. Si vous avez de la pâte de haricot toute prête, passer à l'étape 10.
Si vous avez des haricots bouillis déjà sucrés (le plus souvent), les faire cuire 10 à 15 min à feu moyen dans une casserole en mélangeant régulièrement. Cela va réduire la quantité d'eau et la rendre plus ferme en refroidissant.

10. Une fois légèrement refroidies, déposer une bonne cuil. à café (1 tsp) de pâte Anko au centre du pancake et le couvrir avec un deuxième pancake. Le Dorayaki doit avoir les côtés extérieurs dorés (la face cuite 5 min).

C'est prêt ! Itadakimasu !