English breakfast – Le petit-déjeuner anglais

Le petit-déjeuner traditionnel anglais est appelé :

« Full English Breakfast »

Il est composé de :

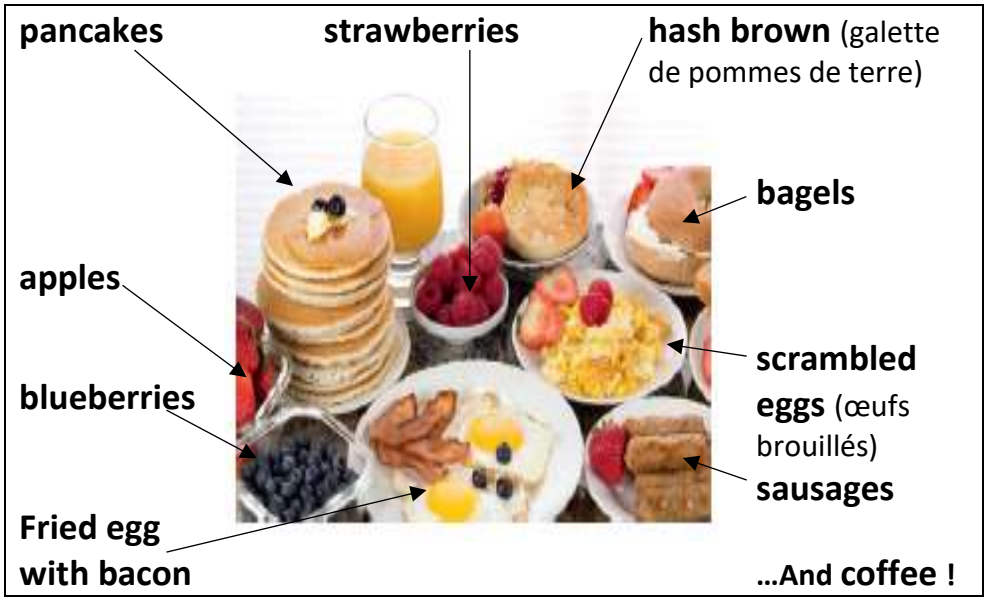
- Tranches de pain grillé **(toast)**
- Œufs au plat **(fried egg)**
- Tranches de bacon **(bacon)**
- Tomates **(tomatoes)**
- Saucisses (**sausages)**
- Champignons **(mushrooms)**
- Haricots blancs en sauce **(baked beans)**
- Il peut y avoir aussi du boudin noir appelé « **Black Pudding** »

Les jours de semaine, lorsque les Anglais sont plus pressés, pour aller à l'école ou travailler, ils prennent un petit-déjeuner plus simple, surtout les enfants : pain, ou céréales, jus de fruits, thé ou café.

Cereals	**toast**	**Orange juice**	**tea**	**coffee**

English breakfast – Le petit-déjeuner américain

Le petit-déjeuner américain est encore plus varié.



Pancakes recipe (15 pancakes) :

- **Flour** : 300 g
- **Baking powder** (levure)
- **Sugar** : 40 g
- **Milk** : 400 ml
- **Butter** : 20 g
- 2 **eggs**
- **Salt**
- **Vanilla**

1.Mélanger la farine et la levure, puis le sucre et le sel.
2.Mélanger le lait avec les œufs, la vanille et le beurre fondu.
3.Mélanger les deux préparations en évitant de laisser des grumeaux.
4.Verser une louche de la pâte obtenue dans une poële bien chaude.
5.Quand des petits trous apparaissent à la surface, retourner la pâte et laisser cuire l'autre côté pendant environ 1 minute-1minute 30

6.**Régalez-vous** en ajoutant du sirop d'érable (**maple syrup)** ou de la confiture (**jam**), des myrtilles ou tout autre chose…

Enjoy !!