



Recette de bannique du Capitaine Vallée



- ❖ 2 tasses de farine;
- ❖ 1 tasse de cassonade;
- ❖ 1 c. à table de poudre à pâte;
- ❖ 1/2 c. à table de sel;
- ❖ 2/3 tasse d'eau; et
- ❖ des raisins secs et ou des noix et ou des pommes et ou des brisures de chocolat.

Les quantités sont approximatives.

On y va au goût et selon la consistance de la pâte.

Il suffit de faire cuire le mélange en boule dans de l'huile chaude.

Bon appétit!!!!!!!

La vraie bannique

- ❖ 1 tasse de farine
 - ❖ 1/2 c. à thé de sel
 - ❖ 1 c. à thé de poudre à pâte
 - ❖ 1/2 tasse d'eau
1. Mélanger tous les ingrédients et en faire une boule.
 2. Mettre 1 c. à thé de graisse végétale dans une poêle épaisse (de préférence en fonte), étendre la boule et couvrir.
 3. Cuire environ 20 à 30 minutes à feu très bas.
 4. Retourner la pâte et cuire environ 20 minutes environ. Ou jusqu'à ce qu'elle soit dorée des deux côtés.
 5. La tradition indienne veut que... avant de servir, on fait une croix sur la pâte avec un couteau (de la main gauche) et on coupe en pointe pour servir. C'est délicieux chaud avec du beurre.