

# LES CRÊPES DE LA CHANDELEUR



## Recette 1

### INGRÉDIENTS

- 1 kg de farine Duo
- 2 l de lait
- 6 oeufs
- 50 g de sucre
- 5 g de sel
- 35 g d'huile
- vanille (à volonté)

## CRÊPES ÉPAISSES À BASE DE FARINE DE BLÉ

### RECETTE

- Mélangez la farine, le sucre, la vanille et le sel.
- Séparez les jaunes des blancs d'oeufs.
- Mixez le lait, les jaunes d'oeufs et l'huile.
- Ajoutez le premier mélange au deuxième et travaillez en une pâte bien lisse.
- Battez les blancs d'oeufs en neige.
- Incorporez délicatement les blancs d'oeufs en neige à la pâte.

**ASTUCE :** EN BATTANT LES BLANCS D'OEUFS EN NEIGE VOUS OBTENEZ DES CRÊPES PLUS ÉPAISSES.

## Recette 2

### INGRÉDIENTS

- 340 g de farine Duo
- 1 l de lait
- 6 oeufs
- 15 g de sucre
- 2 g de sel
- 75 g d'huile
- vanille (à volonté)

## CRÊPES FINES À BASE DE FARINE DE BLÉ

### RECETTE

- Mélangez la farine, le sucre, la vanille, les oeufs et le sel.
- Ajoutez l'huile et travaillez en une pâte bien lisse.

**ASTUCE :** AVEC CETTE RECETTE VOUS OBTENEZ DES CRÊPES PLUS FINES, PARFAITES POUR LES CRÊPES SUZETTE PAR EXEMPLE.

## Recette 3

### INGRÉDIENTS

- 500 g de farine Duo
- 1 l de lait
- 10 g de levure chimique
- 4 oeufs
- 25 g de sucre
- 4 g de sel
- 250 g d'huile ou de matière grasse
- vanille (à volonté)

## CRÊPES À BASE DE FARINE DE BLÉ ET LEVURE CHIMIQUE

### RECETTE

- Mélangez la farine et le lait.
- Ajoutez les oeufs et mélangez soigneusement.
- Ajoutez la levure chimique, le sucre, le sel et éventuellement la vanille.
- Ajoutez l'huile et travaillez en une pâte bien lisse.
- Laissez reposer la pâte 30 minutes.

## Recette 4

### INGRÉDIENTS

- 500 g de Fleur d'épeautre
- 1 l de lait
- 6 oeufs
- 24 g de sucre
- 2 g de sel
- 18 g d'huile ou de matière grasse
- vanille (à volonté)

## CRÊPES À BASE D'ÉPEAUTRE

### RECETTE

- Mélangez la Fleur d'épeautre, le sucre, la vanille, les oeufs et le sel.
- Ajoutez petit à petit le lait et travaillez en une pâte bien lisse.
- Ajoutez l'huile.

**ASTUCE : L'ÉPEAUTRE DONNE DES CRÊPES UN PEU MOINS SOUPLES MAIS TOUT AUSSI DÉLICIEUSES.**

## Recette 5

### INGRÉDIENTS

- 250 g de mix sans gluten
- 0,5 l de lait
- 1 oeufs
- 3,75 g de levure fraîche de boulanger
- 0,125 l d'eau

## CRÊPES SANS GLUTEN

### RECETTE

- Délayez la levure de boulanger dans le lait.
- Ajoutez petit à petit le mix sans gluten.
- Incorporez l'eau et les oeufs. Travaillez en une pâte bien lisse.

**ASTUCE : LA PÂTE EST TROP ÉPAISSE ? AJOUTEZ DE L'EAU OU DU LAIT À VOLONTÉ.**

**ASTUCE : POUR PLUS DE GOÛT, REMPLACEZ LE SUCRE PAR DU SUCRE VANILLÉ. INCORPOREZ LE LAIT PETIT À PETIT À LA PÂTE POUR ÉVITER LES GRUMEAUX. FAITES CUIRE LES CRÊPES DANS UNE POÊLE BIEN CHAUDE POUR UNE CUISSON UNIFORME.**