



Crêpes légères



Temps de préparation : 15 mn
Temps de cuisson : 2 mn
Temps Total : 2 h 15

Difficulté : Faible

Budget : Faible

Ingrédients pour 12 belles crêpes

- > 125 gr de farine
- > 125 gr de fécule de maïs
- > 3 œufs
- > 1/2l de lait
- > 1 CàS d'huile neutre (type Isio4)
- > 2 CàS de sucre
- > 2 CàS de fleur d'oranger (optionnel)
- > 1 CàC de Rhum ambré (optionnel)

Matériels particuliers

- > grande crêpière

Préparation des crêpes

Dans un robot batteur mettre la farine, la fécule, les œufs, le sucre et l'huile. Battre pendant 30 secondes puis ajouter doucement le lait. Laisser tourner pour obtenir une pâte bien homogène. Bien racler les bords et le fond puis remettre à tourner pour finir de rendre homogène et vérifier l'absence de grumeaux.

Ajouter pour finir la fleur d'oranger et/ou le rhum.

Laisser reposer à température ambiante pendant 2h.

Au moment de la cuisson ajuster la texture de la pâte avec un peu de lait si nécessaire, elle ne doit être ni trop liquide ni trop épaisse.

Astuces

On peut préparer les crêpes à l'avance, pour éviter qu'elles ne collent saupoudrer légèrement chaque crêpe et les repasser rapidement à la poêle avant de les servir.

Bruno Passion Cuisine

Site : www.brunopassioncuisine.fr

E-mail : brunopassioncuisine@free.fr