

CRÊPES AU LAIT

Juillet 2003 (Actualisé en mars 2018)

Ingrédients (5 personnes) :

- ★ 250 g de farine tamisée
- ★ 50 cl de lait demi-écrémé
- ★ 3 œufs
- ★ 100 g de beurre
- ★ 1 cuillère à soupe d'huile d'arachide
- ★ 1 cuillère à soupe de rhum brun
- ★ 1 pincée de sel

Ustensiles : Terrine, Bol, Crêpière, Fouet, Louchette

Préparation : 10 mn

Repos : 60 mn

Cuisson : 3 mn par crêpe

Difficulté : Facile

Coût (indicatif) : 2,50 € (soit 0,50 € par personne)



Recette :

Mettre la farine dans une terrine, faire un puits, ajouter les œufs entiers (que l'on casse un par un dans un bol), l'huile, la pincée de sel et un peu de lait. Travailler au fouet et ajouter progressivement la totalité du lait. Parfumer au rhum, bien homogénéiser et laisser reposer une heure minimum en fouettant de temps en temps.

Au moment d'utiliser la pâte, l'allonger de lait ou d'eau si elle est trop épaisse. Dans une crêpière faire fondre à feu vif une noix de beurre, verser une louchette de pâte et cuire entre une à deux minutes par face. Garnir de sucre, confiture, chocolat fondu, ... selon le goût et consommer tiède.

Pour les crêpes au sucre, les saupoudrer au fur et à mesure et les recouvrir d'un papier aluminium pour les conserver au chaud.

Boisson :

Un Condrieu, un cidre doux breton ou normand servi à 10°C. (*)

(*) L'abus d'alcool est dangereux pour la santé, à consommer avec modération.