

Émission 11

Ils ont les crêpes rondes, vive la Bretagne!



Crêpes – Recette de base

Ingrédients

¾ tasse de farine
Une pincée de sel
1 gros œuf
1 jaune d'œuf
1 ¼ tasse lait
1 cuil. à table d'huile

Préparation

- Mélanger tous les ingrédients ensemble
- Laisser reposer une nuit au réfrigérateur, de cette manière, chaque grain de farine va absorber le liquide de façon à avoir des molécules plus solides et une pâte plus souple. Sans ce repos, la pâte à crêpe sera plus cassante à la cuisson.
- Chauffer un poêlon, une fois chaud, badigeonnez-le d'un peu d'huile
- Verser une bonne louche de pâte
- Soulever et incliner le poêlon en tournant de façon à ce que la pâte recouvre le fond
- Cuire et retourner
- Donne environ 5 -6 crêpes minces

Bon appétit !

Émission 11
Ils ont les crêpes rondes, vive la Bretagne!

Émission 11

Ils ont les crêpes rondes, vive la Bretagne!



Crêpe au jambon, asperge & fromage suisse
(pour 4 personnes)

Ingrédients

4 crêpes
20 asperges blanchies 3 min
8 tranches de jambon
4 tasses de fromage suisse râpé
4 tasse sauce béchamel no 2

PRÉPARATION

- Étendre les crêpes
- Enrouler 5 asperges au centre de 2 tranches de jambon
- Répéter la même chose 3 autres fois
- Déposer chaque roulé de jambon et asperges sur chacune des crêpes
- Refermer la crêpe
- Dans 4 ramequins de forme ovale, étendre ½ tasse de sauce béchamel
- Déposer la crêpe farcie enroulée dans chacun d'eux
- Couvrir du reste de la béchamel
- Répartir le fromage râpé sur le dessus
- Cuire au four 350 F° environ 30-35 minutes

NOTE : Vous pouvez les préparer la veille ou les congeler avant de les cuire.

Bon appétit !

Émission 11

Ils ont les crêpes rondes, vive la Bretagne!

Émission 11

Ils ont les crêpes rondes, vive la Bretagne!



Gâteau de crêpes étagées aux épinards & champignons

Ingrédients

8 crêpes de 9 pouces environ
312 gramme d'épinards cuits bien égouttés
2 paquets de champignons cuits au beurre avec un petit oignon
3 t de sauce veloutée no 2 (sauce faite avec 1 ½ t de lait + 1 ½ bouillon de poulet)
4 tasses sauce de fromage suisse râpée ou de cheddar fort

Préparation

- Graisser ou huiler un moule à charnière de 9 pouces
- Déposer et superposer 2 crêpes, y répartir 1 tasse de sauce velouté
- Mettre la ½ quantité des épinards cuits égouttés et mettre 1 tasse de fromage râpé
- Ajouter 2 autres crêpes
- Répartir 1 tasse de sauce veloutée et mettre tous les champignons cuits et 1 tasse de fromage râpé
- Ajouter 2 autres crêpes, répartir 1 tasse sauce veloutée, y ajouter le reste des épinards
- Mettre 1 tasse de fromage râpé, déposer les 2 dernières crêpes
- Recouvrir le reste du fromage
- Couvrir d'une feuille de papier aluminium huilée et cuire au four à 350 F° durant environ 30 à 40 minutes
- Retirer le papier d'aluminium et poursuivre la cuisson 10-15 minutes, retirer du four et recouvrir à nouveau
- Laisser refroidir ainsi durant 15-20 minutes
- Retirer le rebord du moule et servez !

Bon appétit !

Émission 11
Ils ont les crêpes rondes, vive la Bretagne!

Émission 11

Ils ont les crêpes rondes, vive la Bretagne!



Crêpes gonflées / dessert

Ingrédients

1 tasse de farine
4 œufs
1 cuil. à thé poudre à pâte
1 pincée de sel
1 $\frac{3}{4}$ tasse d'eau
Huile

Préparation

- Mélanger tous les ingrédients ensemble sauf l'huile
- Dans un poêlon, verser $\frac{1}{2}$ pouce d'huile et faire chauffer
- Verser $\frac{1}{2}$ tasse de pâte en cercle
- Frire d'un côté et arroser de l'huile chaude du poêlon le dessus pour aider la cuisson du centre de la crêpe
- Retourner et cuire de l'autre côté
- Servez

Note : Garnir de fruits, sirop, de sauce au chocolat par exemple.

Émission 11

Ils ont les crêpes rondes, vive la Bretagne!