

PÂTE À CRÊPES CLASSIQUE & INRATABLE



Recettes100faim.fr

Ingrédients :

- Lait entier de préférence (ou ½ écrémé) ou boisson végétale (soja, coco, amande, riz) 500mL
- Farine blanche ou 1/2 complète 250g
- 3 œufs
- Huile de tournesol 50g
- Sucre blanc, roux, vanillé ou cassonade 3 càs
- Arôme : eau de fleur d'oranger, vanille, rhum...

Astuces :

- Pour des crêpes plus moelleuses et aérées, monter les blancs en neige avant de les incorporer à la pâte juste après avoir ajouté la farine.
- Remplacer l'huile par du beurre.
- Cette recette peut se réaliser sans sucre.

Préparation : 10 minutes | Cuisson : 20 minutes
Pour 10 à 12 crêpes environ

1. Dans un **saladier**, fouetter les œufs et le sucre.
2. Ajouter le lait, l'huile de tournesol et l'arôme et fouetter.
3. Ajouter la farine et fouetter jusqu'à obtenir une pâte fluide et sans grumeaux.
4. Sur **feu moyen** : **huiler** un peu une crêpière.
5. Verser une louche de pâte et faire cuire vos crêpes des deux côtés. Répéter l'opération jusqu'à épuisement de la pâte.



@Recettes100faim.fr