

## Recette de crêpes

Tout le monde sait faire des crêpes. Il existe autant de recettes que de familles. Pourtant, voici la recette parfaite pour des crêpes à la saveur exquise, une texture moelleuse et qui ne se déchirent pas. Les proportions et le mode opératoire sont à respecter strictement.

À part une bonne confiture faite maison pas trop sucrée, les garnitures qui font merveille sont ma recette de pâte à tartiner chocolat noisette et ma recette de caramel au beurre salé, qui sont une association divine avec ces crêpes. Oubliez tous les autres accompagnements ! Même seules avec leurs arômes de rhum et de vanille ou d'orange, elles sont déjà excellentes. Il serait dommage de gâcher leurs goûts avec une garniture bas de gamme.



### Proportions pour environ 12 crêpes de 26 cm ou 16 crêpes de 22 cm de diamètre:

- 500 g de lait entier (ou 80 g lait entier en poudre, 450 ml d'eau),
- 200 g de farine de blé tous usages de type T65,
- 4 œufs,
- 0 à 60 g de sucre de canne blond en semoule (à utiliser comme un assaisonnement, varier la quantité selon les sucres apportés par les parfums),
- 60 g d'eau,
- 20 g de beurre fondu,
- 3 g de sel (1 cuillère à café).

Parfums au choix:

- 30 g de rhum et 10 ml (2 cuillères à café) d'extrait naturel de vanille liquide ou 3 g (3/4 cuillère à café) de vanille en poudre ou 15 g de sucre vanillé au goût intense et réduire la quantité de sucre en conséquence, ou une petite gousse de vanille (fendre la gousse et mettre les graines),
- 1 fève tonka (1,5 g maximum) à râper et le zeste râpé d'une mandarine,
- 30 g de Grand-Marnier ou de Cointreau et le zeste râpé d'une orange bio,
- Pour des crêpes salées, n'ajoutez pas de sucre, mais ajoutez des herbes aromatiques fraîches ciselées (persil, ciboulette, coriandre, basilique, estragon...).

Le choix le plus simple pour réaliser la pâte est de tout mélanger au mixeur hachoir ou au mixeur plongeant. On mixe pendant 2 minutes tous les ingrédients en même temps, finit les éclaboussures, finit les grumeaux, tout se passe parfaitement. Sinon, préparez la pâte dans un saladier et mélangez avec



un fouet en respectant le mode opératoire suivant: fouettez les œufs avec le sucre, puis ajoutez le sel, la vanille ou le zeste d'orange et mélangez, puis incorporez la farine au fur et à mesure tout en continuant de fouetter. Le mélange doit être homogène et lisse. Dans un bol, mélangez à part l'eau, le lait et l'alcool (rhum ou Grand-Marnier) et versez-les doucement à la pâte tout en fouettant. Enfin, versez le beurre fondu et fouettez, le mélange doit être toujours lisse et liquide.

Laissez impérativement reposer la pâte entre 2 à 4 heures à température ambiante dans un bol fermé. Cela permettra au gluten de se développer et l'on aura des crêpes moelleuses qui ne se casseront pas, ne rétréciront pas et garderont des bords souples.

Cuisson des crêpes. Soit vous possédez une crêpière et savez vous en servir, soit vous utilisez une poêle. La crêpière en fonte sera culotée (c'est-à-dire qu'elle aura noirci après plusieurs cuissons et

n'adhèrera pas) ou la poêle sera non adhésive. On étale un peu d'huile ou de beurre fondu sur la crêpière à l'aide d'un pinceau ou d'un papier absorbant entre chaque crêpe, si nécessaire (en général on pratique cette étape pour la cuisson de la première crêpe et on ne le fait plus après).



Chauffez la plaque de cuisson sur feu fort entre 7 à 8/10. Si vous aimez les crêpes de couleur plutôt blonde, mettez le feu à moyen-chaud à 6/10. La cuisson sera un peu plus longue. On verse la pâte sur la crêpière avec une louche et on retourne la crêpe avec une spatule. Pour une crêpe de 22 cm de diamètre, on versera entre 60 et 70 ml de pâte. Pour une crêpe de 26 cm de diamètre, on versera entre 80 et 90 ml de pâte. La crêpe doit être fine sans trou. On retourne la crêpe quand il n'y a presque plus de pâte liquide et crue à la surface. En général, la première face cuit en 30 secondes, et la deuxième face tout autant.



Les crêpes sont cuites à la minute pour être servies immédiatement. Il faut impérativement que l'assiette qui recevra les crêpes soit chaude pour déposer les premières crêpes et ne pas les refroidir.

Les crêpes se conservent très bien une semaine au réfrigérateur, empilées les unes sur les autres sur une assiette et recouvertes d'un film alimentaire plastique ou dans une boîte hermétique. Il suffira de les réchauffer sur une poêle à feu moyen (5/10) pour ne pas les cuire. Ne pas les réchauffer au micro-ondes car elles resteraient molles. Malheureusement, elles ne se conservent pas bien au congélateur, perdant de leur goût et de leur élasticité.