



Extrait du Ecole primaire - Arbusigny

<http://www.ac-grenoble.fr/ecole/74/arbusigny/spip.php?article120>

LES CRÊPES AUX 1000 TROUS

- Années passées - 2010-2011 - Les MS-GS - 06- Nos recettes -



Date de mise en ligne : vendredi 1er avril 2011

Description :

Une version orientale des crêpes...

Copyright © Ecole primaire - Arbusigny - Tous droits réservés

LES CRÊPES AUX MILLES TROUS...

INGREDIENTS(pour 4 personnes) :

- 250g de semoule de blé fine
- 125g de farine
- 75cl d'eau tiède
- 5cl d'huile
- 1 c. à café rase de levure chimique de boulanger déshydratée
- 1 c. à café rase de levure chimique
- 1 c. à café de sucre
- ½ c. à café de sel

Pour la garniture : un peu de beurre et de miel liquide(acacia)

USTENSILES

- 1 saladier
- 1 fouet
- 1 crêpière

1. Verser tous les ingrédients sauf l'huile et le miel dans un saladier, ajouter 75cl d'eau tiède. Bien mélanger.
2. Laisser reposer la pâte 30 min. à température modérée.
3. Dans une poêle antiadhésive non huilée (ou sur une crêpière électrique) étaler une petite louche de pâte(environ 5 mm d'épaisseur). Laisser cuire jusqu'à ce que la surface soit sèche (ne pas retourner)
4. Déguster tout de suite ou réserver sur un torchon et préparer les autres puis une fois cuites, badigeonner les d'un peu d'huile. Réchauffer les vite.
5. Servir les crêpes arrosées d'un mélange de beurre et de miel fondu.



Ingédients

LES CRÊPES AUX 1000 TROUS



Marc Verser la semoule, la farine



Justin Ajouter la levure de boulanger



Oscar puis la levure chimique



Jade le sucre



Lucie le sel



Gaël Ne pas oublier l'eau tiède...



Faustine Bien mélanger !!!



Laisser reposer la Pâte 30 min. Laisser reposer la pâte 30 min.