

Ingrédients

10 pièces

Pâte:

300 g de farine

1 cc de sel

3 oeufs 53g+

6 dl de mélange lait-eau (moitié-moitié)

50 g de beurre fondu, refroidi



Préparation

Préparation: 10min

Repos: 30min

Temps total: 40min

1. Mélanger la farine et le sel, creuser un puits. Battre les oeufs avec le mélange lait-eau et le beurre.
2. Verser sur la farine.
3. Remuer le tout jusqu'à obtention d'une pâte lisse.
4. Couvrir et laisser reposer 30 min à température ambiante.

La pâte à crêpes se conserve env. 2-3 jours dans un récipient fermé placé au réfrigérateur (utiliser des oeufs les plus frais possible).

Variante pour des crêpes aux fines herbes:

incorporer dans la pâte 2-3 cs d'herbes aromatiques hachées, p. ex. persil, basilic, thym.

Variante pour des crêpes aux noix et aux graines:

incorporer à la pâte 2-3 cs de noix et de graines, p. ex. tournesol, courge, sésame, noisettes, noix, amandes, grossièrement hachées et év. légèrement grillées.

Par pièce: Énergie: 766kJ / 183kcal, lipides: 7g, glucides: 23g, protéines: 6g