

Crêpes



Crêpes

pour 24 crêpes

250 g de farine de froment
3 c. à s. de farine de blé noir
1 œuf
120 g de sucre
120 g de beurre demi-sel fondu
1 grand verre de lait frais entier (25 cl)
1 grand verre d'eau
1 c. à c. de cannelle en poudre

env. 150 g beurre mou pour graisser la poêle

Für 24 Stück

250 g Weizenmehl
3 EL Buchweizenmehl
1 Ei
120 g Zucker
120 g geschmolzene Salzbutter
1 Glas frische Vollmilch (250 ml)
1 Glas Wasser
1 TL gemahlener Zimt

ca. 150 g weiche Butter zum Fetten der Pfanne

Mélangez les farines dans la jatte. Creusez un puits au centre, y casser l'œuf. **Ajoutez** le sucre.

Commencer à tourner la pâte avec la cuillère de bois en incorporant petit à petit l'eau, puis le lait. Travaillez légèrement ce mélange pour obtenir une pâte lisse.

Ajoutez le **beurre fondu** et le poudre de cannelle.

Tournez encore un peu, laisser reposer 1 h.

Graissez légèrement deux poêles, la première sur feu vif et la seconde sur feu doux.

Versez une petite louchée de pâte dans la première poêle. Faire cuire sur feu vif jusqu'à ce que le centre de la crêpe ne soit plus liquide.

D'un mouvement rapide à l'aide d'une tournette soulevez et retournez la crêpe dans la seconde poêle.

La laisser terminer sa cuisson le temps de regarnir (après l'avoir graissée) la première poêle.

Continuez la procédure.

Les servir **nature ou beurrée** ou garnie.

Si vous désirez préparer les crêpes à l'avance, de 30 mn. à 1 h, vous pouvez les garder au chaud sur un plat posé sur une casserole d'eau frémissante et recouverte d'aluminium ménager.

Mischen Sie die Mehle in einer Schüssel. Machen Sie in die Mitte eine Vertiefung und schlagen das Ei hinein. **Fügen Sie** den Zucker hinzu. Rühren Sie den Teig mit einem Kochlöffel und geben Sie dabei nach und nach erst Wasser dann die Milch hinzu. **Arbeiten Sie** den Teig so durch, bis er glatt ist.

Geben Sie **die geschmolzene Butter** und Zimt hinzu.

Rühren Sie nochmal etwas um und lassen ihn 1 Std. stehen.

Fetten Sie zwei Pfannen leicht ein, eine bei großer, die andere bei niedriger Hitze.

Gießen Sie eine kleine Menge Teig in die erste Pfanne*. Backen, bis das Zentrum des Crêpes nicht mehr flüssig ist.

Mit einer schnellen Bewegung und mit Hilfe eines Crepes-Spatels heben Sie ihn an und drehen ihn und geben ihn in die zweite Pfanne. Dort lassen Sie ihn fertigbacken (vorher einfetten!). Backen Sie so die nächsten Crêpes.

Servieren Sie sie **natur oder gebuttert** oder garniert.

Wenn Sie die Crêpes im voraus (1/2 bis 1 Std.) backen wollen, können Sie sie mit Alufolie abgedeckt, auf einem Teller, der auf einem Topf siedendem Wasser steht, warmhalte

* mit dem Holzrechen ggf. verstreichen, er muss ganz dünn sein!



Das Wörterbuch

Übersetzen Sie französische Rezepte mit Hilfe dieses Wörterbuches!

ISBN 978-3-8370-5285-5 18,00 € (D)

Das Kochbuch

Kochen Sie Ihr französisches Lieblingsgericht mit diesem Kochbuch!

ISBN 978-3-8391-8856-9 9,90 € (D)

