

FICHE RECETTE

CREPES

6
PCS



Ingédients

- 1 oeuf
- 150ml de lait 1/2 écrémé
- 150ml d'eau pétillante
- 100g de farine de blé
- 1 bâton de vanille
- 1 filet d'huile d'olive pour la cuisson

Préparation

- 1 Dans un saladier, verser la farine. Faire un puits au centre, casser l'oeuf et mélanger.
- 2 Ajouter le lait et l'eau pétillante.
- 3 Incorporer le bâton de vanille dans la pâte.
- 4 Laisser reposer environ 1h00 au frigo.
- 5 Cuire les crêpes avec un filet d'huile d'olive pour la première.
- 6 Garnier les crêpes selon vos envies (fruits, compote sans sucre ajouté, ...).