



Crêpes, beignets et gaufres sucrés

Pannequet normand



1h10 **40 min** **0** **30 min** **253**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour la pâte à crêpes

125 ml **Lait entier**
70 g **Farine**
1 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
10 g **Beurre**
1 **Sel**

Ingrédients pour la garniture

2 **Pomme(s)**
1 c. à soupe **Sucre
semoule**
10 g **Beurre**

Ingrédients pour la cuisson et le dressage

4 c. à soupe **Crème
fraîche épaisse**
15 g **Beurre demi-sel**

Étape 1

Préparation de la pâte à crêpes

- 1 Verser la farine et le sel dans un saladier, mélanger et creuser un puits.
- 2 Faire fondre le beurre dans une petite casserole à feu doux ou au four micro-ondes.
- 3 Fouetter l'œuf dans un bol. Ajouter le lait et le beurre fondu. Mélanger.
- 4 Verser le mélange à l'œuf dans le puit de farine et fouetter pour obtenir une pâte fluide.
- 5 Laisser reposer 1/2 heure.

Étape 2

Préparation des pommes

- 1 Peler les pommes à l'aide d'un économe. Les couper en deux, retirer le centre et les couper en morceaux.
- 2 Dans une poêle, faire fondre une noix de beurre. Y faire dorer les pommes puis ajouter le sucre, mélanger et laisser caraméliser. Réserver.

Étape 3

Cuisson des crêpes et dressage des pannequets

- 1 Mettre du beurre salé à fondre dans une poêle.
- 2 Quand la poêle est bien chaude, verser une petite louche de pâte et tourner la poêle dans tous les sens pour bien répartir la pâte.
- 3 Quand la surface de la crêpe devient sèche et qu'elle est dorée en dessous, retourner la crêpe.
- 4 Répartir la garniture aux pommes au centre de la crêpe, laisser cuire 1 minute.
- 5 Rabattre les deux premiers bords opposés sur la garniture, puis les deux autres en prenant garde à ne pas se brûler.
- 6 Servir immédiatement accompagné d'une cuillère de crème épaisse.