



< retour

Boulangerie

Crêpe(s)



Aimez-vous cet ingrédient ?

IMPRIMER [1]

TÉLÉCHARGER [2]

À PROPOS DE

CARACTÉRISTIQUES

Saisonnalité :



Type : Biscuits et pâtisseries
sucrées

Poids moyen : 30g

La crêpe est un élément phare de la cuisine bretonne. Elle est élaborée à partir d'une pâte à base de beurre, de lait, de farine et d'œufs. On distingue les crêpes à base de farine de froment (plus adaptée à une garniture sucrée) et celle à base de farine de sarrasin (plus adaptés à garniture salée).

VALEURS NUTRITIVES (pour 100g*)

calories	protéines	glucide	lipide	magnesium
321 kcal	6,45 g	57,20 g	7,02 g	21,40 mg
calcium	sodium	acides gras saturés	cholestérol	phosphore
69,20 mg	289,00 mg	3,11 g	20,30 mg	200,00 mg
sucre	fibre	zinc	fer	vitamin A
6,00 g	1,70 g	0,60 mg	0,90 mg	63,00 µg
vitamin B1				
0,12 mg				

[Afficher plus](#)

* Source de données : AFSSA

Pannequet des îles, sauce au chocolat [3]

[En savoir plus \[3\]](#)

Aumônières exotiques [4]

[En savoir plus \[4\]](#)

Aumônières normandes [5]

[En savoir plus \[5\]](#)

Ficelles picardes [6]

[En savoir plus \[6\]](#)

- [1] <https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/15776>
- [2] <https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/15776>
- [3] <https://www.qooq.com/recipes/pannequet-des-iles-sauce-au-chocolat>
- [4] <https://www.qooq.com/recipes/aumonieres-exotiques>
- [5] <https://www.qooq.com/recipes/aumonieres-normandes>
- [6] <https://www.qooq.com/recipes/ficelles-picardes>