

CRÊPES DE BLÉ ENTIER ONCTUEUSES

INGRÉDIENTS (16 portions)

- 3 tasses de farine de blé entier
- 6 c. à thé de poudre à pâte
- 2 c. à thé de sel
- 2 c. à soupe de sucre blanc
- 2½ tasses de lait
- 2 œufs
- 6 c. à soupe de beurre fondu

INGRÉDIENTS (taille de la classe : 32 élèves)

- 6 tasses de farine de blé entier
- 12 c. à thé de poudre à pâte
- 4 c. à thé de sel
- 4 c. à soupe de sucre blanc
- 1 L et 1 tasse de lait
- 4 œufs
- ¾ tasse de beurre fondu



PRÉPARATION

1. Dans un grand bol, mélangez la farine, la poudre à pâte, le sel et le sucre, et mettez de côté.
2. Dans un autre bol, mélangez le lait, les œufs et le beurre.
3. Ajoutez aux ingrédients secs et aux ingrédients humides et mélangez jusqu'à ce que vous obteniez une consistance lisse.
4. Déposez sur une plaque chaude légèrement huilée et faites brunir les deux côtés.

FAIT INTÉRESSANT

Accompagnez les crêpes d'un verre de lait et de fruits pour avoir un repas équilibré.

CONSEIL DE CUISINE

Remuez la pâte à crêpes jusqu'à ce qu'elle soit tout juste mélangée. Pour que vos crêpes soient onctueuses, retenez-vous de trop mélanger la pâte.