

Crêpes au lait d'amande et fleur d'oranger

Bonjour à tous,

La chandeleur approche (c'est dimanche ^^), alors que diriez vous d'une nouvelle idée-recette de crêpes pour agrémenter cette occasion gourmande ? Nous venons tout juste d'en découvrir une excellente version; et je ne peux résister au plaisir de vous la partager ☐

Ce week-end, les petits gourmands n'avaient pas le moral : le Papa est remonté dans la Drôme pour son travail et finir les cartons pour le déménagement, leurs copains/copines drômois leur manquent et le samedi après-midi dans une maison en travaux n'avait rien de réjouissant. Le samedi soir, face à leur morosité, je leur ai soumis une idée : Et si on se faisait [des crêpes](#) ? C'est bientôt la chandeleur après tout ? Ils ont direct adhéré au concept et fait le tour des caisses et des placards pour dénicher les pots de miel et de confiture susceptibles de les régaler.

Côté recette, j'ai mis un point d'honneur à ne pas réaliser [la recette de mon Mari](#) (NDLR : les crêpes sont le seul domaine où il me « bat » à plate couture côté cuisine...) : Pour la recette de famille, on attendra d'être réunis tous ensemble. En revanche, j'avais depuis longtemps idée de tenter une pâte à crêpe au lait végétal et en particulier au [lait d'amande](#). On apprécie tous les desserts à base de ce lait donc c'était l'occasion. Pour bien parfumer l'affaire, j'ai ajouté dans la pâte un peu de fleur d'oranger.

Le réalisation conduit à une crêpe très moelleuses et plutôt de texture légère. Elles sont très parfumées grâce à la fleur d'oranger, tout en restant bien douces avec le lait d'amandes. Ce sont des crêpe aisément dégustables « seules », pas besoin de fioriture pour les apprécier. Un peu de sucre, de miel ou de confiture pour les plus gourmands, il suffira. Bref, on s'est amusés à les réaliser ensemble le samedi soir, ce qui a permis à tout le monde de se régaler à 21H30 le samedi soir.. mais aussi dimanche matin. Même si ces crêpes lait d'amande n'ont pas résolu le problème de l'absence du Papa, elles ont clairement égayé la fin de week-end des petits.

Ayant pris une photo au passage, je voulais donc vous partager l'idée. J'espère qu'elle vous permettra de vous régaler (et vous de faire du bien au moral ☐) autant qu'à nous !



- CRÊPES AU LAIT D'AMANDE -
ET FLEUR D'ORANGER

Recette : Crêpes lait d'amande et fleur d'oranger

Saison de la recette : toute l'année

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson: 30 minutes

Ingrédients

Pour 15 à 20 crêpes :

- 500 ml de lait d'amande non sucré (1)
- 200 g de farine
- 3 œufs
- 50 g de sucre
- 1,5 cuillère à soupe d'huile neutre + un peu pour la cuisson
- 1 cuillère à soupe de fleur d'oranger
- 1 petite pincée de sel fin

Réalisation

Étape 1 : Préparation de la pâte

- Dans un saladier, déposez la farine avec le sucre et le sel.
- Ajoutez les œufs et fouettez le tout.
- Ajoutez la fleur d'oranger, puis versez progressivement le lait en mélangeant régulièrement. Mélangez bien jusqu'à disposer d'une pâte bien homogène.
- Ajoutez l'huile re-mélangez un bon coup, puis laissez votre pâte reposer quelques instants.

Étape 2 : Cuisson des crêpes lait d'amande.

- Faites chauffer votre poêle crêpière puis une fois celle-ci chaude, baissez en position « moyenne » (pour ma part, c'est du 6/9 en feu induction).
- Entre temps, récupérez votre pâte à crêpe et donnez lui quelques coups de fouet pour faire remonter la farine.
- Huilez légèrement la crêpière à l'aide d'un chiffon imbibé d'huile puis versez-y une louche de pâte.
- Laissez cuire jusqu'à ce que la crêpe se décolle facilement de votre poêle.
- Retournez à (ou faites la sauter si vous y arrivez), et laissez cuire encore une petite minute sur la deuxième face.

- Débarrassez la crêpe sur une assiette, et itérez jusqu'à épuisement de la pâte.

Servez chaud ou à température ambiante. Ces crêpes lait d'amande se dégustent telles quelles s'agrémenteront bien d'un peu de sucre, de miel ou de confiture maison



Astuces :

- Pour la cuisson : Si vous n'en disposez pas, je vous conseille de vous équiper d'une poêle crêpière. C'est parfait pour les crêpes mais aussi tout ce qui est galettes de légumes, etc
- *Sans grumeaux* : si vous avez peur des grumeaux, utilisez de la farine dite fluide c'est à dire de la farine avec un petit Txx : T45 ou T55.
- *Pâte plus parfumée* ? Ajoutez une cuillère à soupe de rhum.
- (1) Si vous utilisez un lait sucré, n'ajoutez pas de sucre dans la recette

~~~~~

**Suggestions Maison** : D'autres idées de crêpes !



[Crêpes aux zestes d'orange](#)



[Crêpes roulées au kiwi-curd](#)



~~~~~