

# Crêpes zébra



  
**VALRHONA**  
Imaginons le meilleur du chocolat®

# Crêpes zébra

UNE RECETTE ORIGINALE DE *l'École Gourmet Valrhona*

Recette calculée pour environ 10 crêpes

## Ustensiles à prévoir :

Pipette

## PÂTE À CRÊPES

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de repos : 4 heures

Temps de cuisson : 20 minutes

250 g Farine T45\*  
1 Pincée de sel  
2 cs Sucre semoule  
150 g Œufs  
50 cl Lait entier\*  
50 g Beurre doux  
70 g Chocolat **CARAÏBE 66%**  
30 g **Praliné AMANDES ET NOISSETTES 50%**

**Pâte à tartiner  
noisettes 40%**  
(optionnel pour dégustation)

*\*Voir le Conseil nutritionnel en fin de recette pour utiliser une alternative à ces ingrédients.*

Mélanger la farine avec le sel et le sucre. Ajouter les œufs puis le lait progressivement. Ajouter le beurre fondu et bien mélanger.

Séparer la pâte en  $\frac{1}{3}$  et  $\frac{2}{3}$ .

Dans le premier tiers, ajouter le **praliné** et le chocolat **CARAÏBE 66%** préalablement fondu.

Laisser reposer les pâtes plusieurs heures au réfrigérateur.

Verser ensuite la pâte colorée dans une pipette.

Faire chauffer une poêle avec une noisette de beurre. Lorsque la poêle est bien chaude, verser la pâte colorée dans la poêle en formant un tourbillon. Au bout de quelques instants, verser une louche de pâte à crêpe nature sur le tourbillon. La crêpe ainsi formée occupera toute la surface de la crêpière.

Faire cuire chaque crêpe sur ses deux faces à feu moyen et renouveler l'opération jusqu'à épuisement des deux pâtes.

## Astuce de Chef

Pour davantage de gourmandise, garnissez vos crêpes de praliné ou de pâte à tartiner noisettes 40% avant de les rouler.

## Conseil nutritionnel

Pour une recette sans gluten, remplacer les 250 g de farine de blé par 200 g de farine de riz et 50 g de fécule de pomme de terre.

Pour une recette sans lactose, remplacer les 50 cl de lait et les 50 g de beurre par 50 cl de lait végétal de votre choix : amande, noisette, soja, avoine...

