

Crêpe sans lactose

lait végétal



PRÉPARATION

30 minutes

INGRÉDIENTS

- 600 ml de lait de riz (ou autre lait végétal, celui-ci est plus neutre en goût que le lait d'amande)
- 250g de farine T80
- 1 càs d'huile végétale
- 2 càs de sucre complet
- 3 oeufs
- 1 càs d'extrait de vanille ou fleur d'oranger

PRÉPARATION

1. Pour éviter des grumeaux, faites tiédir le lait avec l'extrait de vanille
2. Dans un récipient mélangez les ingrédients secs: la farine et le sucre
3. Dans un autre récipient mélangez les ingrédients liquides: les oeufs battus, le lait tiédi, l'huile végétale
4. Versez très progressivement le mélange liquide dans le mélange secs en fouettant bien (si il y a des grumeaux, vous pouvez passer la pâte au mixeur)
5. Laissez reposer la pâte pendant environ 30 minutes
6. Faire cuire les crêpes dans une poêle légèrement huilée

