



PÂTE À CRÊPES

👤 Pour 7 à 8 personnes

Temps de préparation : 15 min

Ingrédients :

250g de farine, 300g de **SUPLEMIX**, 4 œufs, 30g de sucre, 500ml de lait, 1 pincée de sel, huile pour la cuisson.

1/ Dans un saladier, verser la farine et casser les œufs. Mélanger au fouet en ajoutant progressivement le lait.

2/ Ajouter le sucre, le beurre fondu, le **SUPLEMIX** et la pincée de sel.

3/ Laisser reposer la pâte à crêpe si possible une heure.

4/ Faire chauffer une poêle graissée, et une fois chaude, verser une demi-louche de votre pâte à crêpe et faire cuire 1 à 2 minutes par face.

Astuce : Pour des crêpes salées, supprimer seulement le sucre de la recette.

1 portion enrichie = 250 kcal et 8g de protéines