

ANDREA JOURDAN

Complètement CRÊPES



ANDREA JOURDAN

Complètement
CRÊPES

 LES ÉDITIONS DE
L'HOMME

Une société de Québecor Média

Design graphique : Josée Amyotte
Infographie : Chantal Landry
Révision : Lucie Desaulniers
Correction : Sylvie Massariol
Photographies : Philip Jourdan
Collaboration à la rédaction : Francesca Jourdan

DISTRIBUTEUR EXCLUSIF :
Pour le Canada et les États-Unis :
MESSAGERIES ADP inc.*
2315, rue de la Province
Longueuil, Québec J4G 1G4
Téléphone : 450-640-1237
Télécopieur : 450-674-6237
Internet : www.messageries-adp.com
* filiale du Groupe Sogides inc.,
filiale de Québecor Média inc.

Suivez-nous sur le Web

Consultez nos sites Internet et inscrivez-vous à l'infolettre pour rester informé en tout temps de nos publications et de nos concours en ligne. Et croisez aussi vos auteurs préférés et notre équipe sur nos blogs !

EDITIONS-HOMME.COM
EDITIONS-JOUR.COM
EDITIONS-PETITHOMME.COM
EDITIONS-LAGRIFFE.COM

Imprimé en Chine

09-15

© 2015, Les Éditions de l'Homme,
division du Groupe Sogides inc.,
filiale de Québecor Média inc.
(Montréal, Québec)

Tous droits réservés

Dépôt légal : 2015
Bibliothèque et Archives nationales du Québec

ISBN 978-2-7619-3673-6

Gouvernement du Québec – Programme de crédit
d'impôt pour l'édition de livres – Gestion SODEC –
www.sodec.gouv.qc.ca

L'Éditeur bénéficie du soutien de la Société de
développement des entreprises culturelles du Québec
pour son programme d'édition.



**Conseil des Arts
du Canada** **Canada Council
for the Arts**

Nous remercions le Conseil des Arts du Canada de
l'aide accordée à notre programme de publication.

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement
du Canada par l'entremise du Fonds du livre du Canada
pour nos activités d'édition.

Table des matières

CRÊPES SALÉES

Crêpes à l'œuf, aux épinards et au fromage	4
Crêpes à la ratatouille	7
Crêpes Argenteuil	8
Crêpes au chorizo et aux poivrons	11
Crêpes aumônières aux petits légumes	12
Crêpes aux champignons, gratinées au cheddar	15
Crêpes aux fines herbes et aux fruits de mer	16
Crêpes aux œufs brouillés et aux lardons	19
Crêpes de sarrasin au poulet, gratinées au gouda	20
Crêpes folles	23
Crêpes-sandwichs à la salade de tomates	24
Crêpes-sandwichs au thon, à la tomate et à la mozzarella	27
Pannequet de crêpes au jambon, au fromage et aux fines herbes	28
Pannequet de crêpes au roquefort et aux noix	31
Roulades de crêpes au saumon fumé	32

CRÊPES SUCRÉES

Crêpes à la crème pâtissière, au citron et à la crème sure	35
Crêpes à la mangue et au sirop de pamplemousse	36
Crêpes à la rhubarbe épicée	39
Crêpes Alaska	40
Crêpes au chocolat et à la noisette	43
Crêpes au chocolat, à la pêche et à la crème glacée à la vanille	44
Crêpes aumônières aux framboises et aux fruits de la passion	47
Crêpes aux pacanes, noix de coco et bananes	48
Crêpes aux poires et au caramel au beurre	51
Crêpes aux pommes, au brie et au sucre d'érable	52
Crêpes blintz à la ricotta et aux raisins secs	55
Crêpes Romanoff	56
Crêpes roulées aux bleuets et à la crème de citron	59
Crêpes Suzette	60
Gâteau de crêpes à la framboise	63

Crêpes à l'œuf, aux épinards et au fromage

PORTIONS: 6 **PRÉPARATION:** 15 min **REPOS:** 30 min **CUISSON:** 20 min

Crêpes

250 g (2 tasses) de farine tout usage
40 g (¼ tasse) de farine de maïs
4 œufs
1 c. à soupe de sucre
1 pincée de sel
100 g (½ tasse) de beurre, fondu et tiédi
250 ml (1 tasse) de lait

Garniture

2 c. à soupe de beurre
450 g (1 lb) d'épinards frais
6 c. à soupe de gruyère râpé
6 œufs

Dans un bol, mélanger les farines et former un puits au centre. Y ajouter les œufs, le sucre, le sel et le beurre. Au fouet, mélanger délicatement en ajoutant le lait graduellement. La pâte doit avoir la consistance d'un liquide légèrement épais. Couvrir le bol d'un linge propre et laisser reposer 30 minutes.

Faire chauffer à feu doux une poêle antiadhésive ou un poêlon à crêpes. Verser une petite louche de pâte à crêpes (juste assez pour couvrir le fond). Lorsque le dessous de la crêpe commence à dorer, la retourner et cuire l'autre face jusqu'à ce qu'elle soit légèrement dorée. Transférer sur une assiette. Répéter jusqu'à l'utilisation complète de la pâte.

Dans un poêlon à feu doux, faire fondre le beurre. Ajouter les épinards et faire tomber, en remuant, 5 minutes.

Dans une poêle antiadhésive à feu doux, déposer une crêpe. Faire un nid d'épinards au centre de la crêpe et parsemer de gruyère. Ajouter un œuf au centre du nid. Plier la crêpe sur deux côtés. Couvrir la poêle et cuire 5 minutes. L'œuf sera encore un peu coulant. Transférer délicatement sur une assiette et servir immédiatement.

NOTE: Pour faire plusieurs crêpes à la fois, utiliser deux poêlons ou placer les crêpes farcies sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé et cuire au four 8 minutes à 180 °C (350 °F).





Crêpes à la ratatouille

PORTIONS: 6 **PRÉPARATION:** 20 min **REPOS:** 30 min **CUISSON:** 25 min

Crêpes

250 g (2 tasses) de farine tout usage

1 pincée de sel

3 œufs

1 c. à café de sucre

100 g (½ tasse) de beurre, fondu et tiédi

125 ml (½ tasse) de lait

Garniture

2 c. à soupe d'huile d'olive extra vierge

3 branches de thym

1 branche de romarin

2 branches d'origan

2 oignons, en petits dés

2 poivrons, en petits dés

2 aubergines, en petits dés

3 courgettes, en petits dés

250 ml (1 tasse) de sauce tomate

Sel et poivre

Dans un bol, mélanger la farine et le sel. Former un puits au centre. Y ajouter les œufs, le sucre et le beurre. Au fouet, mélanger délicatement en ajoutant le lait au fur et à mesure. La pâte doit avoir la consistance d'un liquide légèrement épais. Couvrir le bol d'un linge propre et laisser reposer 30 minutes.

Faire chauffer à feu doux une poêle antiadhésive ou un poêlon à crêpes. Verser une petite louche de pâte à crêpes (juste assez pour couvrir le fond). Lorsque le dessous de la crêpe commence à dorer, la retourner et cuire l'autre face jusqu'à ce qu'elle soit légèrement dorée. Transférer sur une assiette. Répéter jusqu'à l'utilisation complète de la pâte.

Dans une casserole, à feu doux, faire chauffer l'huile d'olive. Ajouter le thym, le romarin, l'origan, les oignons et les poivrons. Cuire 5 minutes. Ajouter les aubergines et les courgettes. Laisser cuire 8 minutes. Saler et poivrer au goût.

Répartir la ratatouille sur les crêpes et les plier. Garnir de sauce tomate et servir immédiatement.

Crêpes Argenteuil

PORTIONS: 4 **PRÉPARATION:** 20 min **REPOS:** 35 min **CUISSON:** 25 min

Crêpes

250 g (2 tasses) de farine tout usage

½ c. à café de sel

3 œufs

2 c. à café de sucre

100 g (½ tasse) de beurre, fondu et tiédi

125 ml (½ tasse) de lait

Garniture

450 g (1 lb) d'asperges

125 ml (½ tasse) d'eau

4 c. à soupe de beurre salé, fondu

1 c. à café de zeste d'orange râpé finement

125 g (1 ¼ tasse) de gruyère râpé

Sel

Dans un bol, mélanger la farine et le sel. Former un puits au centre. Y ajouter les œufs, le sucre et le beurre. Au fouet, mélanger délicatement en ajoutant le lait graduellement. La pâte doit avoir la consistance d'un liquide légèrement épais. Couvrir le bol d'un linge propre et laisser reposer 30 minutes.

Faire chauffer à feu doux une poêle antiadhésive ou un poêlon à crêpes. Verser une petite louche de pâte à crêpes (juste assez pour couvrir le fond). Lorsque le dessous de la crêpe commence à dorer, la retourner et cuire l'autre face jusqu'à ce qu'elle soit légèrement dorée. Transférer sur une assiette. Répéter jusqu'à l'utilisation complète de la pâte.

Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).

Dans un poêlon, déposer les asperges et verser l'eau. Saler légèrement. Couvrir, porter à ébullition et retirer du feu. Laisser en attente 5 minutes. Égoutter les asperges.

Déposer les asperges sur les crêpes. Garnir d'un peu de beurre fondu et de zeste d'orange. Rouler les crêpes et parsemer de gruyère râpé. Déposer les crêpes dans un plat allant au four. Cuire au four 5 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit doré. Servir immédiatement.





Crêpes au chorizo et aux poivrons

PORTIONS: 4 **PRÉPARATION:** 20 min **CUISSON:** 25 min

Crêpes

170 g (1 tasse) de farine de sarrasin
¼ c. à café de bicarbonate de soude
½ c. à café de sel
1 œuf
250 ml (1 tasse) d'eau
125 ml (½ tasse) de lait
2 c. à soupe de beurre

Garniture

4 c. à soupe de fromage de chèvre
crémeux
225 g (½ lb) de chorizo, coupé
en bâtonnets
1 poivron rouge, en bâtonnets
1 poivron jaune, en bâtonnets
2 tomates, en quartiers
Sel et poivre

Dans un bol, mélanger la farine de sarrasin, le bicarbonate de soude et le sel. Former un puits au centre. Y ajouter l'œuf, l'eau et le lait. Mélanger et ajouter de l'eau si le mélange n'est pas assez fluide.

Faire chauffer à feu doux une poêle antiadhésive ou un poêlon à crêpes. Faire fondre 2 c. à soupe de beurre. Verser une petite louche de pâte à crêpes et tourner la poêle pour couvrir le fond. Lorsque le dessous de la crêpe commence à dorer, la retourner et cuire l'autre face jusqu'à ce qu'elle soit légèrement dorée. Transférer sur une assiette et couvrir d'une autre assiette pour garder au chaud. Répéter jusqu'à l'utilisation complète de la pâte.

Tartiner les crêpes de fromage de chèvre. Garnir de bâtonnets de chorizo, de poivrons et de tomates. Saler et poivrer. Rabattre les côtés des crêpes et servir immédiatement.

Crêpes aumônières aux petits légumes

PORTIONS: 4 **PRÉPARATION:** 20 min **REPOS:** 30 min **CUISSON:** 25 min

Crêpes

250 g (1 ½ tasse) de farine de riz
1 pincée de sel
½ c. à café d'anis vert, en poudre
3 œufs
2 c. à café de sucre
100 g (½ tasse) de beurre, fondu
et tiédi
125 ml (½ tasse) de lait

Garniture

2 c. à soupe de beurre
8 petites carottes, en dés
3 oignons verts, en dés
2 petits navets, en dés
1 petit chou-fleur, en petits
bouquets
3 c. à soupe de ciboulette hachée
12 brins de ciboulette
Sel et poivre

Dans un bol, mélanger la farine de riz, le sel et l'anis. Former un puits au centre. Y ajouter les œufs, le sucre et le beurre. Au fouet, mélanger délicatement en ajoutant le lait au fur et à mesure. La pâte doit avoir la consistance d'un liquide légèrement épais. Couvrir le bol d'un linge propre et laisser reposer 30 minutes.

Faire chauffer à feu doux une poêle antiadhésive ou un poêlon à crêpes. Verser une petite louche de pâte à crêpes (juste assez pour couvrir le fond). Lorsque le dessous de la crêpe commence à dorer, la retourner et cuire l'autre face jusqu'à ce qu'elle soit légèrement dorée. Transférer sur une assiette. Répéter jusqu'à l'utilisation complète de la pâte.

Dans une casserole à feu moyen, faire fondre le beurre. Ajouter les carottes, les oignons verts et les navets. Cuire 5 minutes. Ajouter le chou-fleur et la ciboulette. Couvrir la casserole et cuire à feu doux 10 minutes. Saler et poivrer au goût.

Placer quelques cuillerées de légumes au centre de chaque crêpe. Ramener les bords de la crêpe pour former un petit baluchon. Attacher l'aumônière avec un brin de ciboulette. Servir avec le reste des légumes.







Fourrées, sucrées ou salées, les crêpes trouvent leur place à chaque repas de la journée. Voici 30 recettes simples et originales pour en découvrir les succulentes facettes.

Andrea Jourdan est une chef passionnée et une pâtissière chevronnée. Amoureuse des plaisirs de la table, elle livre ses secrets gourmands en toute simplicité.

