



Crêpes vegan



4 pers



10 mn



15 mn

Les ingrédients

- 500 g de farine
- 1l de lait de soja
- 3 c. à s. d'huile
- 10cl de bière
- Un peu d'huile pour la poêle

La recette

Etape 1

Verser la farine et l'huile dans un saladier.

Etape 2

Faire tiédir le lait de soja dans une casserole (Attention, le lait doit être tiède mais pas bouillant). L'incorporer petit à petit à la farine pour former la pâte.

Etape 3

Ajouter la bière, battre et laisser reposer 15 minutes.

Etape 4

Faire chauffer une poêle à feu très vif avec quelques gouttes d'huile. Baisser légèrement le feu et ajouter une louche de pâte. Incliner la poêle afin de répartir la pâte de manière uniforme.

Etape 5

Laisser cuire jusqu'à ce que la crêpe se décolle facilement puis retourner et laisser cuire une minute sur l'autre face.

