



Crêpes aux pommes



INGRÉDIENTS

Pour **4 grandes crêpes**:

- 140 g de farine fermentante
- 2 c. à s. de poudre au sucralose
- 240 ml de lait
- 2 pommes
- 1 pincée de sel
- 1 c. à s. d'huile d'olive
- 1 œuf
- Un peu d'huile ou de margarine à cuire

PRÉPARATION

Éplucher les pommes et retirer le trognon.
Les couper en tranches.

Mélanger les 2 cuillères de poudre au sucralose avec le sel et la farine dans un bol. Ajouter l'œuf, le lait et l'huile d'olive. Battre jusqu'à obtention d'une pâte lisse et légère. Ajouter les tranches de pommes.

Huiler légèrement la poêle et cuire les crêpes de chaque côté. Servir bien chaud.

Astuce: saupoudrer les crêpes d'un peu de cannelle ou accompagner de pommes au four à la cannelle et/ou d'un peu de crème (soja).

RETROUVEZ TOUTES LES INFORMATIONS VALIDÉES SUR LES ÉDULCORANTS EN LIGNE:

www.EDULCORANTS.eu