

# LA RECETTE ULTIME DES CRÊPES PARFAITES (ET FASTOCHES) DE NORBERT TARAYRE

## La Recette

<https://cuisinedaubery.com/recipe/crepes-parfaites/>

La recette ! Norbert nous donne une recette de crêpes juste parfaite ... et tellement facile !

Chef : Norbert Tarayre

Temps de préparation : 15 Minutes

Temps de cuisson : 15 Minutes

Volume : 14 crêpes de 18 cm de diamètre

Difficulté : Niveau Facile

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Crêpe, Crêpe Et Gaufre, Dessert,

## Ingrédients

**Pour 14 crêpes de 18 cm de diamètre ou 11 crêpes de 20 cm de diamètre ou 9 crêpes de 22 cm de diamètre**

250 grammes de Farine

500 grammes de Lait 48 Centilitres/480 Millilitres

4 Oeufs 200 grammes

20 grammes de Sucre

5 grammes de Grand Marnier 0,5 Centilitre/5 Millilitres

40 grammes de Beurre

\*option (je recommande)

50 grammes d'Eau 5 Centilitres/50 Millilitres

**Avec 2 oeufs : Pour 7 crêpes de 18 cm de diamètre**

125 grammes de Farine

250 grammes de Lait 24 Centilitres/240 Millilitres

2 Oeufs 100 grammes

10 grammes de Sucre

2,5 grammes de Grand Marnier 0,25 Centilitre/2,5 Millilitres

20 grammes de Beurre

\*option (je recommande)

25 grammes d'Eau 2,5 Centilitres/25 Millilitres

**Avec 3 oeufs : Pour 10 crêpes de 18 cm de diamètre**

## LA RECETTE ULTIME DES CRÊPES PARFAITES (ET FASTOCHES) DE NORBERT TARAYRE

187,5 grammes de Farine  
375 grammes de Lait 36 Centilitres/360 Millilitres  
3 Oeufs 150 grammes  
15 grammes de Sucre  
3,7 grammes de Grand Marnier 0,37 Centilitre/3,7 Millilitres  
30 grammes de Beurre  
\*option (je recommande)  
37,5 grammes d'Eau 3,75 Centilitres/37,5 Millilitres

### **Avec 5 oeufs :Pour 17 crêpes de 18 cm de diamètre**

312,5 grammes de Farine  
625 grammes de Lait 60 Centilitres/600 Millilitres  
5 Oeufs 250 grammes  
25 grammes de Sucre  
6,2 grammes de Grand Marnier 0,62 Centilitre/6,2 Millilitres  
50 grammes de Beurre  
\*option (je recommande)  
62,5 grammes d'Eau 6,25 Centilitres/62,5 Millilitres

### **Avec 6 oeufs :Pour 21 crêpes de 18 cm de diamètre**

375 grammes de Farine  
750 grammes de Lait 72 Centilitres/720 Millilitres  
6 Oeufs 300 grammes  
30 grammes de Sucre  
7,5 grammes de Grand Marnier 0,75 Centilitre/7,5 Millilitres  
60 grammes de Beurre  
\*option (je recommande)  
75 grammes d'Eau 7,5 Centilitres/75 Millilitres

## Instructions

### **Mélange des ingrédients**

1. Commencer par faire fondre le Beurre (40 g) au micro-ondes 30 secondes
2. Norbert utilise un mixeur plongeant (parfois appelé 'giraffe'). J'utilise un blender plutôt, car : ainsi, on peut mettre le blender au frais et remixer facilement (car au frais, la pâte se dissocie : il faut mixer avant la pâte après le passage au frais), et c'est plus pratique que le mixeur plongeant.
3. Au fond : Verser au fond, donc en premier: le Lait (500 g ou 48 Centilitres/480 Millilitres), les Oeufs (4), le Grand Marnier (5 g ou 0,5 Centilitre/5 Millilitres), l'Eau (50 g ou 5 Centilitres/50 Millilitres)

## LA RECETTE ULTIME DES CRÊPES PARFAITES (ET FASTOCHES) DE NORBERT TARAYRE

4. Au dessus : Verser les poudres : la Farine (250 g), le Sucre (20 g)
5. Le Beurre (40 g) est encore chaud et risque de cuire les Oeufs, et donc on doit éviter qu'ils rentrent en contact
6. Placer le Beurre sur la Farine (250 g) : faire un puits dans la Farine (250 g)
7. Verser le Beurre (40 g) fondu
8. Les liquides au fond, pour permettre à la lame du blender de pouvoir mixer correctement, vous l'aurez compris !
9. Si vous mettez la farine au fond, la lame ne pourra pas mélanger...
10. Puis laisser le blender mixer 2 minutes
11. La pâte est prête ! Facile non ?

### Repos au frais ? (ou pas)

Après avoir mixé, vous avez le choix de mettre cette pâte au frais :

- Au frais : En laissant reposer au frais, la pâte ne sera que meilleure. Je fais ça le samedi soir en prévision du brunch du dimanche. A noter, si vous réservez au frais, la pâte va dissocier le gras du reste : il faudra remixer avant de cuire
- Cuisson sans mise au frais : La pâte est "moins stable", mais le résultat sera très bon également si vous cuisez aussitôt

### Cuisson

12. Pour la cuisson, j'utilise une poêle à fond épais. J'ai une autre crêpière "de buyeur" que j'aime moins... allez comprendre pourquoi cette poêle marche mieux !
13. Il en existe des électriques : Pour acheter en ligne, c'est ICI
14. Huiler ou ne pas huiler ? Perso, je huile ma poêle avec une Bombe de Graisse Alimentaire (spray)... je vous montre plus bas la différence entre les crêpes si vous huilez ou non... regardez et choisissez !
15. Verser...
16. Attendre puis retourner. Avec une poêle anti-adhésive, je n'ai aucun problème de crêpe qui accroche
17. A gauche : Voila à quoi ressemble ma crêpe quand j'huile la poêle
18. A droite : Et si je n'huile pas, alors on obtient moins de "motifs" : C'est à votre choix de huiler ou non. Perso, je mets de l'huile toutes les deux crêpes, c'est juste une question de gout ( et peut-être une question de poêle également... ) !