



# Recette gourmande :

## les crêpes japonaises sucrées en cornet



Extrait du site *Cuisine-Japon* : <https://www.cuisine-japon.fr/recette-de-crepes-japonaises-sucrees-cornet/>

À réaliser avec l'aide d'une grande personne

### INGRÉDIENTS



#### Pâte à crêpe

- 3 œufs
- 250 g de farine
- 1 pincée de sel
- 50 cl de lait
- 3 cuillères à soupe de sucre
- 2 cuillères à soupe d'huile

#### Garniture

- De la chantilly toute prête ou maison. Si vous voulez la faire vous-même : 20 cl de crème entière + du sucre glace. Pensez à mettre votre fouet et votre bol au frigo 30 minutes avant et fouettez électriquement la crème entière en rajoutant petit à petit le sucre glace.
- Des fruits tranchés finement comme des fraises, des kiwis, des bananes...
- De la glace vanille chocolat, citron... selon vos goûts (facultatif)
- De la sauce chocolat, caramel salé, fraise... selon vos goûts (facultatif)
- Des morceaux de brownies, gâteaux, biscuits, spéculos... selon vos goûts (facultatif)

### INSTRUCTIONS

1. Préparez la pâte à crêpe.
2. Dans un bol, battez les œufs en omelette à l'aide d'une fourchette.
3. Dans un saladier, versez la farine et le sel, mélangez puis creusez un puits au centre pour verser la moitié du lait (25 cl). Mélangez à nouveau.
4. Ajoutez les œufs, le sucre, l'huile et le reste du lait. Mélangez à l'aide d'un fouet jusqu'à obtention d'une pâte fluide. La pâte à crêpes est prête !
5. Huilez votre poêle à l'aide d'un papier absorbant. Quand la poêle est chaude, versez une louche de cette pâte à crêpe au centre et inclinez pour répartir la pâte. Si vous êtes équipés, le mieux est de répartir avec une spatule spéciale. Dès que les bords se décollent, retournez votre crêpe avec une spatule plate ou en la faisant sauter pour cuire l'autre face. Pour ce qui est de l'huile, nous huilons tous nos plats et poêles avec de

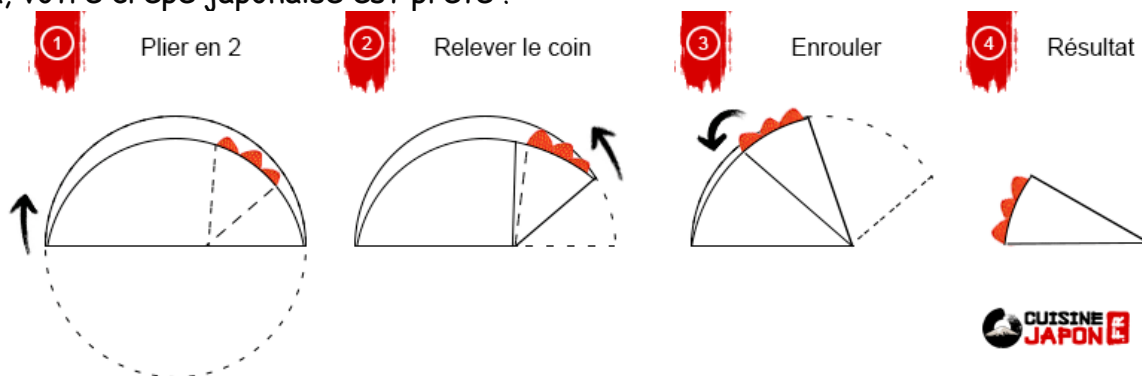
l'huile de coco car c'est la meilleure huile qui soit pour chauffer sans consommer de l'huile dénaturée.

6. Lorsque votre crêpe est cuite, déposez-la sur une assiette ronde, puis placez votre garniture :

7. On commence par mettre de la chantilly en forme de V. Ensuite, au centre, placez vos fruits coupés. Dans le coin, une boule de glace et parsemez de sauce, de paillettes, de biscuits...



8. Le pliage : Pliez en 2 votre crêpe mais pas bord à bord, laissez une marge de 10 cm avec l'autre bord. Votre garniture doit être placée à droite en laissant une marge de vide sur le côté. Prenez le côté droit et pliez sur la garniture. Ensuite enroulez le tout pour rejoindre l'autre bout. Cela forme un cornet ! Voilà, votre crêpe japonaise est prête !



### Nos conseils et astuces pour réaliser vos crêpes japonaises

- Préparez des crêpes de grande dimension de 24 cm à 30 cm pour pouvoir les plier facilement. Vous pouvez aussi préparer votre pâte à crêpes à l'avance et la laisser reposer au frigo.
- Ne mettez pas trop de garnitures car cela rendrait la crêpe vraiment trop lourde.
- Le pliage est très simple, il faut bien comprendre les différentes étapes. Voici une vidéo : <https://youtu.be/StVxSWPffUo>

➤ La recette figure aussi sur le site *La Boutique des chefs* : <https://www.laboutiquedeschefs.com/actualites/nos-recettes/la-crepe-japonaise-ou-en-cornet>