

Crêpes Légères



Ingrédients

Pour 14 crêpes

150 g de farine fluide - 5 cuill à soupe de maïzena (rases) - 2 sachets de sucre vanillé - 1/2 sachet de levure chimique - 2 cuill à soupe de rhum - 1 cuill à soupe d'huile, Une pincée de sel - 4 œufs - 1/2 litre de lait.

Préparation

Préparation et cuisson 10 min

Mélangez la farine, la maïzena, le sucre et la levure dans un grand saladier.

Versez-y au milieu les œufs et l'huile et commencez à les délayer avec un fouet en incorporant petit à petit le lait.

Ajoutez ensuite le rhum, remuez bien et laissez reposer 1 heure environ. Remuez de nouveau la pâte avant de commencer à faire cuire les crêpes.

Vous pouvez faire la pâte au mixer

Cette recette de crêpes ne contient pas de beurre. Il faut donc bien graisser la poêle entre chaque crêpe.

Versez un peu d'huile dans une soucoupe et badigeonnez la poêle avec un pinceau entre chaque crêpe.