

CRÊPE DIVINE

Ingrédients : donne 1 petite crêpe style pancake

- ¼ tasse (60 ml) de jus de pomme
- 1/3 tasse (30 g) de flocons d'avoine
- 1 œuf battu
- Sirop d'érable (facultatif -j'ai mis 1 c. à thé (5 ml) mais vous pouvez en mettre ±)

Préparation :

- Mélanger le jus et les flocons d'avoine. Laisser reposer 10-15 minutes.
- Ajouter l'œuf battu et le sirop si désiré.
- Faire fondre une noisette de beurre, et faire cuire des deux côtés jusqu'à doré.
- Servir avec de la compote, ou de la confiture, ou du sirop (j'ai servi avec de la compote de pomme chaude et du cheddar fort râpé.

Variantes : on peut remplacer le jus de pomme par une autre variété de jus ou par du lait.

Conseil : utiliser une petite poêle d'environ 7-8 po (17.78 -20.32 cm)

Source : déclinaison d'une recette de Valérie Lahaie (étudiante en Sc. infirmières), 2^{ème} prix du *Concours de recettes- Recettes gagnantes*, Université de Montréal (Services aux étudiants), mars 1998

« La fille de l'anse aux coques », Maripel, le mardi 29 octobre 2013

<http://lafilledelanseauxcoques.blogspot.ca/2013/10/crepe-divine.html>