



Les crêpes s'invitent à l'apéro !

Pour changer des crêpes sucrées, Sat'info te propose d'inviter les crêpes à l'heure de l'apéro en réalisant une composition très colorée ! Bien sûr, tu peux très bien l'adapter avec tes confitures et pâtes à tartiner préférées...

Tartirose

Mixe 1 petite betterave cuite avec 120 g de fromage à la crème (ou de tofu soyeux).

Guacaradis

Mixe 2 avocats avec 1 poignée de fanes de radis, un peu de jus de citron et 120 g de fromage à la crème (ou de tofu soyeux).

Carocahuète

Fais cuire 1 petit verre de lentilles corail avec 2 verres d'eau, 1 carotte et 1/4 d'oignon. Mixe avec 1 c. à soupe de purée de cacahuète, 1 pincée de sel et 1 c. à café de curry en poudre.

Crêpes maison

Mixe 250 g de farine (tu peux mélanger 200 g de farine de blé et 50 g de farine de sarrasin) avec 3 œufs, 1 pincée de sel et 500 ml de lait de ton choix. Fais cuire les crêpes avec l'aide d'un adulte.



Tartine les crêpes avec les trois tartinades.



Roule-les sur elles-mêmes en repliant les bords du haut et du bas à mi-parcours.



Coupe chaque rouleau en trois.



Dispose-les dans un cercle à pâtisserie ou dans un moule à gâteau (dans ce cas, mets-les à l'envers puis démoule le tout dans une assiette).



Demande à quelqu'un de soulever de 2 cm le cercle ou le moule et passe un ruban tout autour du "gâteau". Noue-le bien. Enlève le cercle ou le moule et décore avec des radis ronds.

