

# Cuisinez!

## Crêpes au gruau

### Ingrédients

250 ml (1 tasse) de gruau, cuit

250 ml (1 tasse) de lait

1 oeuf

250 ml (1 tasse) de farine tout usage

5 ml (1 c. à thé) de poudre à pâte

1 ml (1/4 de c. à thé) de sel

Beurre et huile végétale

Sirop d'érable ou sauce aux bleuets

### Préparation

Dans un grand bol, battre le gruau, le lait et l'œuf jusqu'à consistance homogène.

Dans un autre bol, mélanger la farine, la poudre à pâte et le sel.

Mélanger peu à peu avec la préparation de gruau jusqu'à consistance homogène.

Dans une grande poêle (en fonte de préférence), à feu moyen, chauffer 1 c. à soupe de beurre et 1 c. à soupe d'huile.

Déposer des cuillerées à soupe de pâte et cuire jusqu'à ce que les crêpes soient encore humides et que des trous se forment à la surface.

Retourner et cuire jusqu'à ce que le dessous soit doré. Ajouter du beurre et de l'huile au besoin pour cuire le reste des crêpes.

Arroser de sirop d'érable au moment de servir.



#### NOTE

Cette recette est un bel héritage transmis par les Britanniques venus s'installer au Québec. Réchauffez les crêpes congelées au four quelques minutes.