

# Crêpes au froment

## Pour 30 crêpes

### Ingrédients

1kg de froment type 55  
30g de blé noir (sarrasin)  
400g de sucre (cristal)  
5 œufs  
1,5l de lait entier ou de jus de pommes  
1/2l d'eau  
1 cuillère à café de sel  
2 cuillères à soupe d'huile (pas d'huile d'olive)  
**ou**

### Ingrédients

1kg de froment type 55  
500g de sucre (cristal)  
7 œufs  
1,5l de lait entier ou de jus de pommes  
1/2l d'eau  
1 cuillère à café de sel  
2 cuillères à soupe d'huile (pas d'huile d'olive)  
**ou**

### Ingrédients

1kg de froment type 55  
500g de sucre (cristal)  
7 œufs  
1,5l de lait entier ou de jus de pommes  
1/2l d'eau  
1 cuillère à café de sel  
2 cuillères à soupe d'huile (pas d'huile d'olive)  
1 cuillère à soupe de café concentré ou 1 cuillerée à soupe de concentré de vanille

- casser les œufs et séparer jaune et blanc
- monter les blancs en neige pas trop ferme
- mélanger farine, sucre et sel, verser ½ litre de liquide et remuer jusqu'à obtenir une pâte lisse et homogène
- ajouter les œufs et le reste de lait et l'eau