



Inscrivez-vous à l'infolettre et profitez d'une foule de privilèges!

Votre courriel

Je m'inscris!



## Crêpes fines au chocolat noir

Par Coup de Pouce

**COUP  
POUCE**

On prépare la pâte d'avance pour épater les invités à la fin du repas.

### INGRÉDIENTS

#### Pâte à crêpes:

- 1/2 tasse de farine
- 1/2 tasse de lait 2%
- 1 oeuf
- 1 cuillère à table de beurre salé, fondu
- 1/2 cuillère à table de sucre
- 1/2 cuillère à thé de vanille
- 1 pincée de sel
- 8 cuillères à thé d'eau

#### Sauce au chocolat noir:

- 3 cuillères à table de poudre de cacao non sucrée, tamisée
- 2 cuillères à table de sucre
- 1 cuillère à table de sirop de maïs ou sirop d'agave
- 1/4 tasse d'eau
- 1 oz de chocolat mi-amer ou mi-sucré haché finement
- 1 pincée de sel
- crème chantilly (facultatif)

### PRÉPARATION

#### Préparation de la pâte à crêpes

Préparation	30 minutes
Cuisson	5 minutes
Réfrigération	1 heure
Portion(s)	4 portions

#### VALEURS NUTRITIVES

##### par crêpe

Calories	210
Total gras	8 g
Gras saturés	4 g
Cholestérol	58 mg
Sodium	128 mg
Total glucides	30 g
Fibres	2 g
Protéines	6 g

1. Au mélangeur, mélanger la farine, le lait, l'œuf, la moitié du beurre, le sucre, la vanille, le sel et l'eau pendant 15 secondes ou jusqu'à ce que la préparation soit lisse. Filtrer la pâte à crêpes dans un bol, si désiré. Couvrir et réfrigérer 1 heure ou jusqu'au lendemain.

### **Préparation de la sauce**

2. Entre-temps, dans une petite casserole, à l'aide d'un fouet, mélanger le cacao, le sucre, le sirop et l'eau. Porter à ébullition à feu moyen. Retirer du feu. Ajouter le chocolat et le sel, puis fouetter jusqu'à ce que la sauce soit lisse. Laisser refroidir la sauce jusqu'à ce qu'elle ait légèrement épaissi.

3. Chauffer un poêlon de 10 po (25 cm) de diamètre à feu moyen et le badigeonner d'un peu du reste du beurre. Verser 1/4 t (60 ml) de la pâte à crêpes et incliner le poêlon en le faisant tourner pour en couvrir le fond. Cuire 40 secondes ou jusqu'à ce que le pourtour de la crêpe soit doré et commence à se soulever. Retourner la crêpe et poursuivre la cuisson de 15 à 20 secondes ou jusqu'à ce que le dessous de la crêpe soit doré. Glisser la crêpe dans une assiette, couvrir et réserver au chaud. Cuire le reste de la pâte de la même manière, avec le reste du beurre, pour obtenir 4 crêpes.

4 Au moment de servir, garnir les crêpes de crème chantilly, si désiré. Arroser de la sauce au chocolat.