



La crêpe américaine

Ingrédients

Nb de personnes : 6

- Farine de blé : 250 g
- Oeuf(s) : 4 pièce(s)
- Beurre doux : 30 g
- Lait 1/2 écrémé : 25 cl
- Sel fin : 3 pincée(s)
- Boeuf haché : 300 g
- Oignon(s) : 1 pièce(s)
- Oeuf(s) : 6 pièce(s)
- Huile d'olive : 5 cl
- Emmenthal râpé : 100 g
- Sel fin : 6 pincée(s)
- Moulin à poivre : 6 tour(s)

Préparation :

Pour les crêpes

- Tamiser la farine dans un bol. Ajouter le sel, puis réaliser un puits et casser les oeufs au centre.
- Mélanger les oeufs à la farine, d'abord progressivement puis énergiquement, afin d'obtenir une pâte dense et homogène.
- Verser ensuite progressivement le lait en mélangeant pour obtenir une pâte lisse, fluide et sans grumeaux.
- Faire fondre le beurre à feu doux dans une casserole (ou au micro-ondes), puis l'ajouter à la pâte.
- Laisser ensuite la pâte reposer à couvert au réfrigérateur pendant au moins 1h.
- Dans une poêle antiadhésive, faire fondre une noisette de beurre à feu moyen, puis verser un peu de pâte pour réaliser la crêpe.
- Renouveler l'opération pour chacune des crêpes.

Pour la garniture

- Préchauffer le four à 180 °C (th. 6).
- Peler l'oignon et l'émincer en fines lamelles.
- Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive, puis ajouter l'oignon, saler et cuire à feu doux pendant environ 3 min.
- Lorsque l'oignon est translucide, ajouter la viande de boeuf haché et cuire à feu vif tout en remuant. Quand la viande est cuite, l'assaisonner de sel et de poivre.
- Cuire les oeufs au plat dans une poêle avec un filet d'huile d'olive.
- Garnir les crêpes de viande et les parsemer d'emmental râpé, puis les plier et les enfourner pour faire fondre le fromage.
- Ajouter ensuite sur chacune un oeuf au plat et déguster aussitôt.