

Blinis au blé noir

150g de farine de blé noir du moulin
150g de farine blanche
3 œufs
20g de levure de boulanger
50cl de lait tiède
1 pincée de sel
1 c. à soupe de crème fraîche

Mélangez les deux farines, ajoutez le sel, les 3 jaunes d'œufs et la levure délayée dans un verre de lait tiède.

Remuez délicatement en ajoutant du lait peu à peu jusqu'à obtenir une pâte à crêpes épaisse.

Laissez reposer hors réfrigérateur 2 à 3 heures.

Au moment de faire les blinis, ajoutez les blancs d'œufs battus en neige et la crème.



Cake au blé noir

Mélangez dans l'ordre

150g de farine de blé noir du moulin

1 sachet de levure

1 œuf

2 yaourts au lait entier

100g de beurre fondu

Ajoutez selon votre goût des garnitures
sucrées ou salées, de saison :

chorizo, crottin de chèvre //lardons, poireaux,
courgettes //raisins, noisettes // Andouille, pommes...

Enfournez à 180° pendant 30 min.



Far breton au blé noir

125g de farine de blé noir du moulin
50g de sucre
100g de beurre salé
1 litre de lait
1 bâton ou poudre de cannelle
2 œufs
150g de pruneaux dénoyautés

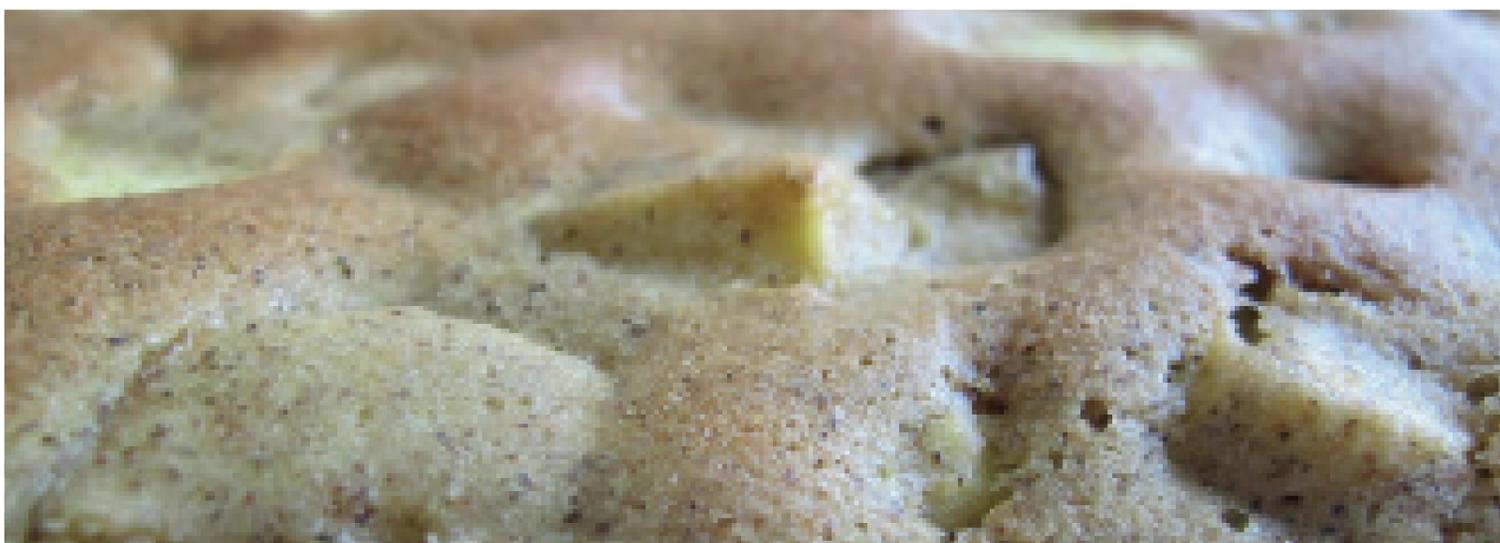
Faites bouillir le lait avec le beurre et la cannelle,
Blanchissez les œufs avec le sucre,
Ajoutez la farine petit à petit et bien mélanger,
Versez peu à peu le lait bouillant dans le mélange,
Faites épaissir le mélange sur feu moyen pendant 10 min.,
Versez dans un plat et rajoutez les pruneaux,
Enfournez à 180 pendant 45 min.



Gâteau pommes/poires

4 œufs
100g de sucre
180g de farine de blé noir du moulin
1/2 cuillère à café de cannelle
50g d'huile d'olive
2 poires
2 pommes

Fouettez les 4 œufs et le sucre,
Incorporez peu à peu la farine, la levure, la cannelle et l'huile d'olive
Pelez les pommes et les poires, coupez-les en cubes,
Incorporez-les dans la pâte à gâteau,
Versez la pâte dans un moule à gâteau beurré ou recouvert de papier sulfurisé,
Enfournez à 180 pendant 25 minutes. Laissez-le refroidir sur une grille.



Pancakes

- 2 œufs
- 2 cuillères à soupe de sucre
- 300g de farine de blé noir du moulin
- 2 cuillères à café de levure
- 1 à 2 cuillères à café de beurre fondu
- 400 ml de lait
- 1 cuillère à café de fleur d'oranger

Fouettez les oeufs et le sucre.

Ajoutez le beurre fondu.

Incorporez peu à peu le mélange de farine et de levure.

Délayez au fur et à mesure avec le lait.

Ajoutez la fleur d'oranger.

Disposez la pâte à l'aide d'une petite louche dans une poêle à feu moyen. Dès que les bulles remontent à la surface, retournez le pancake et laissez-le cuire pendant 1 minute.



Informations à l'Office de Tourisme

25 rue de la Plage. Tél. +33 (0)2 40 23 92 36

officetourisme@mairie-batzsurmer.fr

www.ot-batzsurmer.fr - www.batzsurmer.fr

