

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...

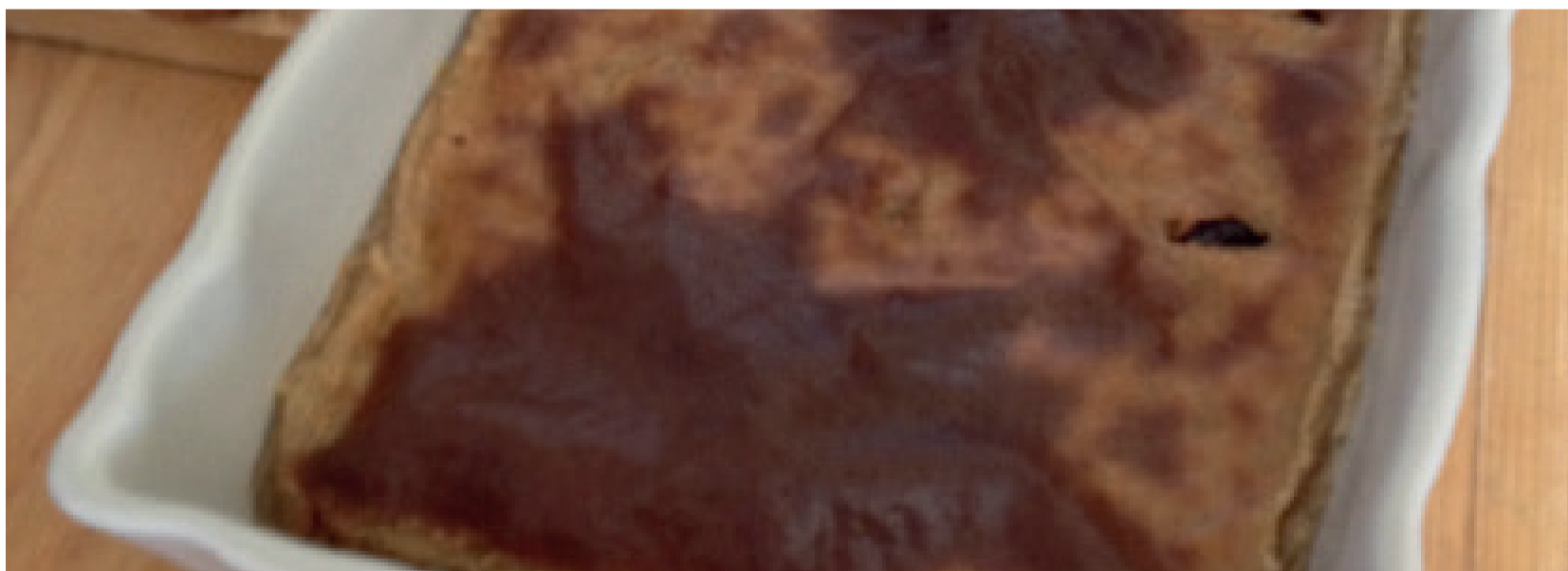
Enfournez à 180° pendant 30 min.



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

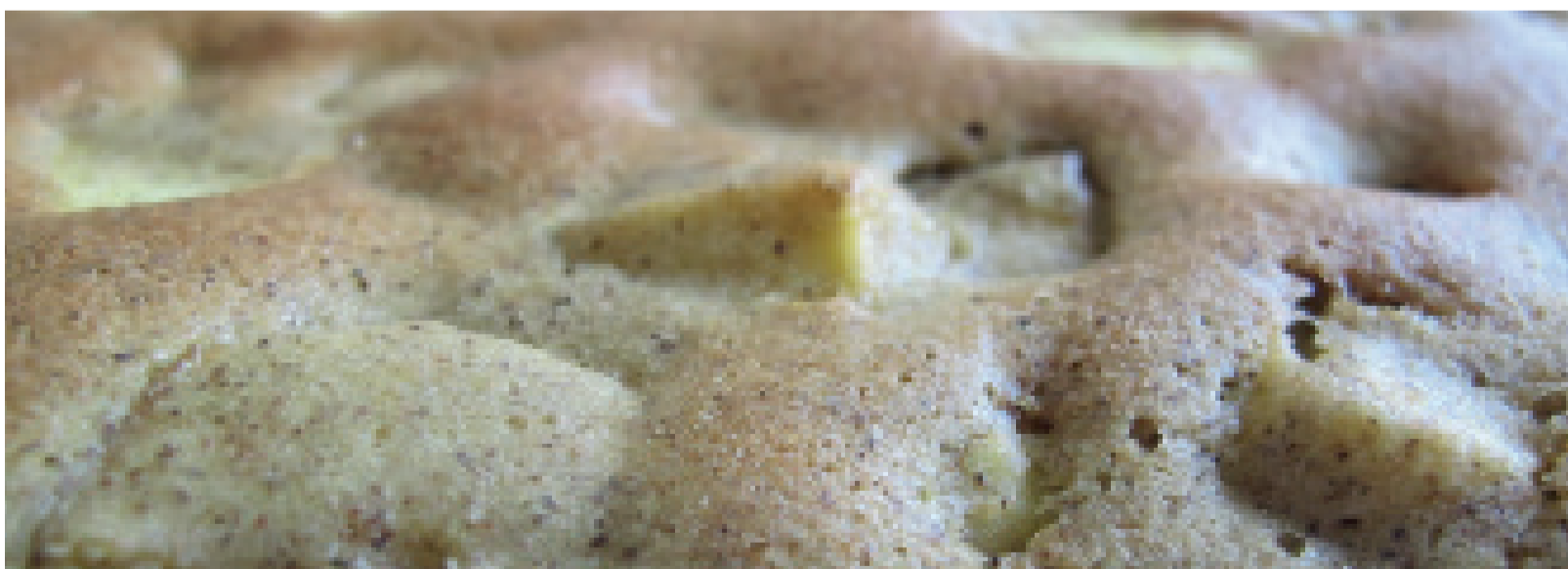
Faites bouillir le lait avec le beurre et la cannelle,
Blanchissez les œufs avec le sucre,
Ajoutez la farine petit à petit et bien mélanger,
Versez peu à peu le lait bouillant dans le mélange,
Faites épaissir le mélange sur feu moyen pendant 10 min.,
Versez dans un plat et rajoutez les pruneaux,
Enfournez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



Galettes de blé noir

250g de farine bio de blé noir du Moulin
80cl d'eau
1 œuf
1 pincée de fleur de sel

Mettez la farine de blé noir bio du Moulin dans une jatte, avec une pincée de fleur de sel et un œuf.

Mélangez et ajoutez l'eau, petit à petit, en travaillant la pâte pour la lisser au maximum.

Lorsqu'elle est bien onctueuse, continuez à la travailler énergiquement à la cuillère en bois.

Laissez reposer la pâte.

Avant la confection des galettes, rallongez d'eau si nécessaire.

