

# LA RECETTE DES GAULETTES DE SARRASIN COMME à QUIMPER

## La Recette

<https://cuisinedaubery.com/recipe/galettes-de-sarrasin/>

Des crêpes au sarrasin, typiques de Bretagne

Difficulté : Niveau Facile

Cuisine : Cuisine Française

Plats : Brunch Salé, Crêpe, Crêpe Et Gaufre, Crêpe Salée, Petit-Déjeuner Et Goûter, Plat Salé,

## Ingrédients

### **Pour 12 crêpes de 28 cm de diamètre**

500 grammes de Farine de Sarrasin

1 cuillère à café de Sel

2 Oeufs 100 grammes

1 kilogramme d'Eau 100 Centilitres/1 Litre

\*Cuisson

du Beurre

\*Option (je recommande)

de la Levure Chimique ('poudre à pâte' au Québec)

### **Pour 6 crêpes de 28 cm de diamètre**

250 grammes de Farine de Sarrasin

1/2 cuillère à café de Sel

1 Oeuf 50 grammes

500 grammes d'Eau 50 Centilitres/500 Millilitres

\*Cuisson

du Beurre

\*Option (je recommande)

de la Levure Chimique ('poudre à pâte' au Québec)

## Instructions

Au vieux Qimper

14 Rue des Boucheries

## LA RECETTE DES GAULETTES DE SARRASIN COMME à QUIMPER

29000 Quimper

France

### La farine

1. Pour cette recette donc, on a besoin de Farine de Sarrasin. Je recommande une bonne marque Bretonne
2. Dans un grand bol, mélanger la Farine de Sarrasin (500 g) et le Sel (1 c. à café)
3. Verser les Oeufs (2) et une partie de l'Eau (1 kg ou 100 Centilitres/1 Litre)
4. Mélanger
5. Tout en mélangeant, verser en petit filet le restant de l'Eau. Ainsi on évite les grumeaux
6. En option, vous pouvez ajouter et mélanger la Levure Chimique ('poudre à pâte' au Québec) : La chef bretonne ne le fait pas, mais c'est quelque chose que je fais afin d'aérer un peu la pâte. Cela apporte également une petite saveur de levure. Je n'en ajoute qu'une petite pointe de couteau : c'est suffisant
7. Ensuite, les Bretons "frappent" la pâte afin de l'aérer. Cela consiste à soulever la pâte énergiquement, ce qui va introduire de l'air et aérer la pâte
8. Ici, on voit que la pâte est aérée
9. On va faire reposer la pâte. Afin d'éviter qu'elle ne s'oxyde ou qu'elle ne croute, couvrir d'une petite épaisseur d'eau, qui va faire écran

### Repos

10. Le temps de repos est essentiel afin que la pâte se développe correctement. Couvrir le récipient et laisser reposer au frais 24 heures

### Cuisson

11. Pour la cuisson, vous aurez besoin de Rozell, cet instrument en forme de T pour étaler la pâte, et une spatule pour soulever la galette
12. J'utilise également un pinceau en silicone afin d'étaler le Beurre
13. J'utilise un Billig, une surface chauffante parfaite pour cuire les galettes et crêpes
14. Faire fondre le Beurre sur le billig
15. Verser une grosse louche de pâte
16. Étaler la pâte avec le rozell
17. Pour éviter que le rozell n'accroche pas de pâte, une astuce est de le laisser sans cesse dans un bol d'eau
18. Retourner et cuire la deuxième face
19. Vous verrez si c'est votre première fois, les galettes ressembleront à une peinture de Picasso
20. Mais après quelques galettes, vous arriverez à les perfectionner, sans trou, et de plus en plus circulaires
21. Une fois réalisées, vous pouvez les faire refroidir, puis de les remettre sur le billig et de les cuire avec leur garniture