



THE J.M. SMUCKER CO.

Crêpes à la farine d'amande et de noix de coco

Prep Time Cook Time Serves Difficulty

30 mins 35 mins 6 N/A

Ingredients

- 8 tasses (2 L) d'eau
- 2 c. à table (30 ml) de miel
- 3 1/2 tasses (825 ml) de farine d'amande Robin Hood®

Farine d'amande Robin Hood® sans gluten

- 1 tasse (250 ml) de farine combinée tout usage Robin Hood® sans gluten

Farine combinée tout usage Robin Hood® sans gluten

- 2 c. à thé (10 ml) de poudre à pâte
- 1 1/2 c. à thé (7 ml) de sel
- 2 c. à table (30 ml) de vinaigre de cidre de pomme
- 2 c. à table (30 ml) de miel ou de sirop d'érable
- 2/3 tasse (150 ml) d'eau chaude
- 1 œuf, battu
- Graines de sésame, graines de pavot, ail, sel cacher, etc., facultatif

Directions

Step 1:

Préchauffer le four à 375 °F (190 °C). Tapisser une plaque à pâtisserie de papier parchemin. Combiner 8 tasses (2 L) d'eau et le miel dans une casserole moyenne. Porter à ébullition.

Step 2:

Entre-temps, combiner les farines avec la poudre à pâte et le sel dans un bol moyen. Incorporer les ingrédients liquides en remuant jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. Laisser reposer 3 minutes. Diviser la pâte en 6 morceaux de même taille. Avec des mains mouillées ou gantées, façonner chaque morceau en une boule. Aplatir en un disque avec les doigts, faire un trou au centre de chaque disque. Avec une cuillère trouée, mettre les bagels délicatement dans l'eau bouillante un à la fois. Faire cuire 15 secondes, tourner et poursuivre la cuisson 10 secondes. Sortir de l'eau et déposer sur la plaque préparée. Continuer avec le reste des bagels. Badigeonner de l'œuf battu et saupoudrer des garnitures au choix. Faire cuire au four préchauffé de 30 à 35 minutes ou jusqu'à ce que les bagels soient bien dorés. Laisser reposer sur la plaque 15 minutes.

Images

