

# Crêpes Françaises

with Warm Plum Compote and Honey Whipped Cream

45 Minutes

## Start here

Before starting, wash and dry all produce.

## Bust out

Measuring spoons, zester, spatula, 2 large bowls, small pot, small bowl, measuring cups, whisk, large non-stick pan, paper towels

## Ingredients

	4 Person
All-Purpose Flour	¾ cup
Egg	2
Milk	½ cup
Maple Syrup	4 tbsp
Plum	2
Honey	1 tbsp
Cream	113 ml
Cinnamon	½ tsp
Lemon	1
White Sugar	3 tbsp
Almonds, sliced	28 g
Butter*	6 tbsp
Salt*	

\* Pantry items

## Allergens

Hey home cooks! Please refer to the website or app for the as-prepared recipe nutritional information.

*Ingredients are packaged in a facility that also handles egg, fish, crustacean, shellfish, milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.*



## Make crêpe batter and prep

- Melt **2 tbsp butter** in a small, microwaveable bowl or in a small pot over low heat.
- Whisk together **¾ cup flour**, **1 tbsp white sugar** and **⅛ tsp salt** in a large bowl.
- Whisk in **½ cup milk**, **eggs** and **melted butter** until combined.
- Whisk in **½ cup water** until smooth. (**NOTE:** The batter will be very thin.) Set aside.
- Halve, pit, then cut **plum** into ¼-inch pieces.
- Zest, then juice **lemon**.



## Make crêpes

- Heat a large non-stick pan over medium heat. When hot, add **½ tbsp butter**, then swirl the pan until melted.
- Tilt the pan up on an angle, then scoop **½ cup batter** into the lower half of the pan. Immediately move the pan in a circular motion to spread **batter** until it evenly covers the bottom of the pan. Cook until **crêpe** begins to brown and the edges start to peel off easily, 1-2 min. Flip **crêpe** with a spatula, then continue to cook for another 30 sec-1 min.
- Transfer **crêpe** to a plate, then repeat with **½ tbsp butter** and **½ cup batter** until **all batter** is used.



## Make plum compote

- Heat a small pot over medium-high heat.
- When hot, add **1 tbsp butter**, then swirl the pot until melted.
- Add **plums**, **1 tbsp lemon juice**, **½ tsp cinnamon**, **2 tbsp sugar** and **2 tbsp water**. Bring to a simmer.
- Simmer, stirring often, until **plums** are tender and slightly reduced, 4-6 min.
- Remove the pot from heat, then cover to keep warm.



## Whip cream, toast almonds and serve

- Carefully wipe the pan clean with paper towels, then reheat over medium. When hot, add **almonds** to the dry pan. Toast, stirring frequently, until golden, 3-4 min. (**TIP:** Keep your eye on them so they don't burn!) Transfer to a plate.
- Add **cream**, **lemon zest** and **honey** to another large bowl. Beat using an electric hand mixer or whisk until stiff peaks form, 2-3 min.
- To serve, fold **each crêpe** in half, then fold in half again to create a triangle. Top with **whipped cream**, **plum compote** and **toasted almonds**.
- Drizzle **maple syrup** over top, if desired.

# Crêpes françaises

avec compote de prunes et crème fouettée au miel

45 minutes

## D'abord

Avant de commencer, laver et sécher tous les fruits et légumes.

## Matériel requis

Cuillères à mesurer, zesteur, spatule, 2 grands bols, petite casserole, petit bol, tasses à mesurer, fouet, grande poêle antiadhésive, essuie-tout

## Ingrédients

	4 personnes
Farine tout usage	¾ tasse
Œuf	2
Lait	½ tasse
Sirop d'érable	4 c. à soupe
Prune	2
Miel	1 c. à soupe
Crème	113 ml
Cannelle	½ c. à thé
Citron	1
Sucre blanc	3 c. à soupe
Amandes, tranches	28 g
Beurre*	6 c. à soupe
Sel*	

\* Essentiels à avoir à la maison

## Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

*Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.*



## 1 Préparer et faire la pâte à crêpes

- Dans une petite casserole à feu doux ou dans un bol allant au micro-ondes, fondre **2 c. à soupe de beurre**.
- Dans un grand bol, mélanger en fouettant **¾ tasse de farine, 1 c. à soupe de sucre blanc** et **½ c. à thé de sel**.
- Ajouter **½ tasse de lait, les œufs et le beurre fondu**, puis fouetter jusqu'à ce que le **mélange** soit homogène.
- Incorporer **½ tasse d'eau**, puis fouetter jusqu'à ce que le mélange soit homogène. (**REMARQUE** : La pâte sera très liquide.) Réserver.
- Couper les **prunes** en deux, les dénoyauter, puis les couper en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Zester, puis presser le **citron**.



## 3 Cuire les crêpes

- Chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen. Ajouter **½ c. à soupe de beurre** et faire fondre en tournant.
- Incliner la poêle, puis déposer **½ tasse de pâte** dans la moitié inférieure de la poêle. Agiter immédiatement la poêle d'un mouvement circulaire pour étaler la **pâte** jusqu'à ce qu'elle recouvre uniformément le fond de la poêle. Cuire de 1 à 2 min, jusqu'à ce que la **crêpe** commence à brunir et que les bords se détachent facilement. Retourner la **crêpe** à l'aide d'une spatule, puis poursuivre la cuisson de 30 s à 1 min.
- Transférer dans une assiette, puis répéter les étapes avec **½ c. à soupe de beurre** et **½ tasse de pâte** à chaque fois, jusqu'à ce que **toute la pâte** soit utilisée.



## 2 Faire la compote de prunes

- Chauffer une petite casserole à feu moyen-élevé.
- Ajouter **1 c. à soupe de beurre** et faire fondre en tournant.
- Ajouter les **prunes, 1 c. à soupe de jus de citron, ½ c. à thé de cannelle, 2 c. à soupe de sucre** et **2 c. à soupe** d'eau. Porter à légère ébullition.
- Laisser mijoter de 4 à 6 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **prune** soient tendres et légèrement réduites.
- Retirer la casserole du feu, puis couvrir pour garder chaud.



## 4 Fouetter la crème, griller les amandes et servir

- Essuyer la poêle avec précaution avec un essuie-tout, puis réchauffer à feu moyen. Ajouter les **amandes** à la poêle sèche. Griller de 3 à 4 min, en remuant souvent, jusqu'à ce que les **amandes** soient dorées. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!) Transférer dans une assiette.
- Dans un autre grand bol, ajouter la **crème, le zeste de citron** et le **miel**. À l'aide d'un fouet ou d'un batteur électrique, battre le **mélange** de 2 à 3 min, jusqu'à ce que des pics fermes se forment.
- Pour servir, plier **chaque crêpe** en deux, puis à nouveau en deux pour former un triangle. Couronner d'un **soupçon de crème fouettée**, puis garnir de **compote de prunes** et d'**amandes grillées**.
- Arroser de **sirop d'érable**, si désiré.