Crêpe feuilletée

écrit par Pariseyn | 17 avril 2018

Assez peu utilisée en France, la crêpe feuilletée est très répandue en Asie : Inde, Chine, Turquie et en Afrique du Nord. Chaque région a sa propre dénomination : melouis, msemmens, parathas, etc… Comme pour d'autres pains plats, il n'y a pas d'agent levant dans cette crêpe, elle est donc facile et rapide à préparer. Il existe plusieurs façons de réaliser le feuilletage pour lequel on peut utiliser du beurre, du ghee ou de l'huile. Ici, on a favorisé le beurre uniquement pour le goût. Elle se consomme nature, en wrap ou sert d'accompagnement à toute sorte de plats.

Ingrédients, pour grandes 4 crêpes :

250 g de farine T65 Bio Casino 12% de gluten

2,5 g de sel fin (½ cuillère à café)

80 ml d'eau

80 ml d'eau bouillante

100 g de beurre

Peser tous les ingrédients.

Mettre la farine dans un récipient large.

Dissoudre le sel dans 80 ml d'eau froide puis ajouter l'eau bouillante. Le mélange se situera vers 58/60 °C.

Verser l'eau chaude salée sur la farine et commencer à mélanger avec une corne pendant 3 à 4 minutes.

Quand la pâte est rassemblée, pétrir pendant 5 minutes comme indiqué au paragraphe « A la main », Fold and Roll.

Bouler, couvrir et laisser reposer 30 minutes.

Faire fondre 100 g de beurre au four à micro ondes.

Peser la pâte, ici 405 g.

Pétrir la pâte une minute, faire un cylindre et couper en 4 parts égales, soit environ 100 g chacune. Bouler chaque pâton et filmer.

Bien fariner le plan de travail et étaler un premier pâton au rouleau jusqu'à obtenir une feuille fine d'environ 25 à 27 cm de diamètre.

Etaler une à deux cuillères à soupe (15 à 30 ml) de beurre fondu sur toute la surface à l'aide d'un pinceau alimentaire en silicone.

Saupoudrer un peu de farine par-dessus à l'aide d'un tamis.

Rouler la pâte comme une cigarette pour réaliser un long boudin, puis l'enrouler sur lui-même à l'horizontale, comme un rouleau de réglisse, en glissant l'extrémité finale sous la pâte.

Réaliser les trois autres pâtons de la même manière en n'omettant pas de filmer pendant chaque manipulation.

Fariner le plan de travail et reprendre le premier pâton.

Le fariner ainsi que le rouleau et l'étaler en un cercle d'environ 25 à 27 cm.

Préparer les trois autres pâtons de la même manière.

A ce stade, on peut congeler les pâtons de deux manières :

- A plat, entre deux feuilles de papier sulfurisé. On pourra les cuire directement sans les faire décongeler.
- Enroulé dans une feuille de papier sulfurisé (on pose la crêpe sur une feuille de papier sulfurisé et on enroule

le tout). Dans ce cas, il faudra les faire décongeler pour pouvoir les dérouler.

Chauffer une poêle à feu moyen (position 7 sur 9 de ma plaque à induction). Quand elle est bien chaude, mettre une noix de beurre : attention, celui-ci ne doit pas bruler.

Déposer la première crêpe et cuire environ 2 minutes de chaque coté en badigeonnant la surface de beurre fondu à chaque fois, et en surveillant la coloration.

Quand les 2 cotés sont dorés, empiler les crêpes sous un torchon.

La crêpe doit être légèrement croustillante et bien feuilletée.