



WRAP DE GALETTE AU PETIT ÉPEAUTRE, POMMES CARAMÉLISÉES ET GRANOLA TROPICAL TWIST



Biobernai'Cook

www.biobernai.com

En partenariat avec

La Source Barr : Zone Artisanale du Muckental
11, Allée de l'Europe - 03 88 74 84 35

La Source Obernai : Le Galion
1, Rue de Pully 67210 Obernai - 03 75 13 00 10

www.lasourcebio.com



WRAP DE GALETTE AU PETIT ÉPEAUTRE, POMMES CARAMÉLISÉES ET GRANOLA TROPICAL TWIST

Ingrédients pour 6 personnes

Pour la pâte à wrap

Farine de petit épeautre	150 gr
Sucre en poudre	25 gr
Œufs	2 pièces
Lait	25 cl

Pour la cuisson

Huile de colza	5 cl
----------------	------

Pour la garniture

Pommes	2 pièces
Sucre	100 gr
Granola Tropical Twist	100 gr

Descriptif

Pour la pâte : Dans un bol, mélanger la farine et le sucre. Former un puit, y casser les œufs, ajouter le lait et mélanger l'ensemble jusqu'à obtenir une pâte homogène.

Pour la garniture : Passer les pommes au pèle-pomme et les retailler en cube. Dans une poêle, faire caraméliser le sucre. Une fois le caramel brun, décuire en y ajoutant les cubes de pommes sans mélanger. Patienter quelques instants pour que les pommes rendent leur jus. Réserver.

Pour le dressage : Sur une crêpière, disposer des petits paquets de pâte et les étaler légèrement à l'aide d'une spatule. Retourner les crêpes pour finir la cuisson.

Sur une crêpe d'épeautre, déposer un tas de pommes caramélisées, parsemer de Granola Tropical twist et fermer le wrap.

Le + du Chef

À la place du mix Granola, vous pouvez prendre un mélange de fruits secs à votre goût, légèrement caramélisé à la poêle.
