

# Conseils de conservation et de préparation des garnies

## Conserver

Les crêpes et galettes garnies mettez-les emballées au **réfrigérateur** 2 jours maximum ou au **congélateur** 1 mois

## Réchauffer

### les crêpes et les galettes garnies

- Au micro onde (fondantes): Enveloppez-les dans un papier sulfurisé et réchauffez-les pendant 15 à 45 secondes puissance 750watts
- Au four traditionnel (moelleuses): Enveloppez-les dans un papier sulfurisé et réchauffez-les pendant 5 minutes à 120°C
- À la crêpière (croustillantes).: faites chauffer à feu doux un peu de beurre et d'huile ensemble ( 1/2 cuillère à café de chaque), puis posez votre galette 3 minutes de chaque côté et 1 minute pour les crêpes.

# Conseils de conservation et préparation des Natures

## Conserver

Les galettes (à plat ou demi lune) et les crêpes (en demi lune ou en 4), dans un film alimentaire, 2 jours maximum au réfrigérateur.

## Préparer

### Exemple de garniture jambon, œuf, fromage

Étape 1 : Beurrez votre crêpière d'un diamètre de 35cm idéalement. Laisser fondre sur toute la surface à feu doux. Ne laisser pas noircir le beurre

Étape 2 : Posez votre galette face la moins cuite ( plus clair) sur la crêpière.

Étape 3 : Cassez votre œuf au centre de la galette et étalez le blanc sur toute la surface ,en le séparant délicatement du jaune

Étape 4 : Parsemez le fromage râpé puis une demi tranche de jambon blanc

Étape 5 : Pliez les bords de la galette sur 2 cm environ en les ramenant vers le centre. La galette aura la forme d'un carré.

Étape 6 : Laissez cuire 3 minutes et beurrer légèrement les bords ( facultatifs)

Étape 7 : Servez en faisant glisser délicatement mais franchement la galette dans une assiette tiède.

Étape 8 : **Régalez vous !** Ne pas attendre pour la déguster, la galette refroidit très vite (vous pouvez l'accompagner une salade verte et une bolée de cidre).