

Wraps maison



Cette recette nous a été partagée par Marion Subtil, sur son site **Pois de Saveurs**. Merci à elle!

Ingrédients pour 6 galettes

- 200g de farine
- 50g de beurre
- 1/2 cac de sel
- 100g d'eau

Préparation

- Mélanger du bout des doigts la farine, le sel et le beurre jusqu'à obtenir une texture sableuse.
- Faire tiédir l'eau et l'ajouter au mélange précédent. Malaxer jusqu'à former une boule de pâte homogène. Si la pâte est collante, ajouter un peu de farine.
- Dans l'idéal, laisser reposer la pâte à couvert 15 minutes pour que les fibres contenues dans la farine se détendent.
- Détailler la pâte en 5 ou 6 pâtons de taille égale (pour vous faciliter la tâche, réaliser un gros boudin et le couper en 6 tronçons!)
- Etaler chaque pâton au rouleau de manière à obtenir un disque le plus fin possible. Si la pâte colle trop, ajouter un peu de farine et malaxer de nouveau.
- Faire chauffer une crêpière, ou une poêle.
- Déposer les galettes tour à tour dans la poêle bien chaude (sans matière grasse) et laisser cuire jusqu'à ce que le côté en contact avec la poêle blanchisse (compter une trentaine de secondes). Retourner la galette et faire de même de l'autre côté. Attention à ne pas surcuire la galette, au risque qu'elle se rigidifie. Faire de même avec les autres galettes;

A partir de :

**0.78€/ POUR 6
GALETTES, SOIT**

0.13€/GALETTE



Bon à savoir :

Pour davantage de gourmandise, n'hésitez pas à marier ces wraps avec une garniture à base de légumineuses, comme des haricots rouges et de la sauce tomate, ou façon fioul égyptien avec des féveroles et une sauce au yaourt.

Wraps maison



Cette recette nous a été partagée par Marion Subtil, sur son site
Pois de Saveurs. Merci à elle!

Ingrédients pour 6 galettes

- 200g de farine
- 50g de beurre
- 1/2 cac de sel
- 100g d'eau

Préparation

- Mélanger du bout des doigts la farine, le sel et le beurre jusqu'à obtenir une texture sableuse.
- Faire tiédir l'eau et l'ajouter au mélange précédent. Malaxer jusqu'à former une boule de pâte homogène. Si la pâte est collante, ajouter un peu de farine.
- Dans l'idéal, laisser reposer la pâte à couvert 15 minutes pour que les fibres contenues dans la farine se détendent.
- Détailler la pâte en 5 ou 6 pâtons de taille égale (pour vous faciliter la tâche, réaliser un gros boudin et le couper en 6 tronçons!)
- Etaler chaque pâton au rouleau de manière à obtenir un disque le plus fin possible. Si la pâte colle trop, ajouter un peu de farine et malaxer de nouveau.
- Faire chauffer une crêpière, ou une poêle.
- Déposer les galettes tour à tour dans la poêle bien chaude (sans matière grasse) et laisser cuire jusqu'à ce que le côté en contact avec la poêle blanchisse (compter une trentaine de secondes). Retourner la galette et faire de même de l'autre côté. Attention à ne pas surcuire la galette, au risque qu'elle se rigidifie. Faire de même avec les autres galettes;

A partir de :

**0.78€/ POUR 6
GALETTES, SOIT**

0.13€/GALETTE



Bon à savoir :

Pour davantage de gourmandise, n'hésitez pas à marier ces wraps avec une garniture à base de légumineuses, comme des haricots rouges et de la sauce tomate, ou façon fioul égyptien avec des féveroles et une sauce au yaourt.