



DOUCES NALYSNYKYS - CRÊPES UKRAINIENNES

INGRÉDIENTS POUR LES CRÊPES :

- 2 œufs
- 5 dl de lait
- 2 cuillerées à soupe d'huile végétale
- 1 cuillerée à soupe de sucre
- 200 g de farine
- 1 cuillerée à café de levure chimique
- Une pincée de sel

INGRÉDIENTS POUR LA GARNITURE :

- 30 g de noix
- 500 g de fromage blanc
- 2 bonnes cuillerées à soupe de miel

INGRÉDIENTS POUR LA SAUCE AUX PETITS FRUITS :

- 300 g de petits fruits
- 3 cuillerées à soupe de jus d'orange

PRÉPARATION :

1. Pour préparer les crêpes, battez les œufs, le sucre et le sel dans un grand bol jusqu'à ce que le mélange devienne léger et mousseux. Ajoutez l'huile végétale et le lait, puis battez bien.
2. Une fois que le tout est bien mélangé, ajoutez la levure chimique, puis progressivement la farine avec un tamis pour éviter la formation de grumeaux. Battez bien jusqu'à obtenir une consistance onctueuse.
3. Maintenant que votre pâte est prête, chauffez la poêle à feu moyen et graissez-la d'huile végétale.
4. Versez une petite quantité de pâte dans la poêle chaude et faites-la tourbillonner pour que la surface de la poêle soit recouverte d'une fine couche uniforme.
5. Cuisez la crêpe à feu moyen pendant une minute environ ou jusqu'à ce qu'elle prenne un aspect brun doré. Retournez-la à l'aide d'une spatule et cuisez-la encore une demi-minute. Continuez ainsi jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de pâte. Mettez vos crêpes de côté.
6. Pour préparer la garniture, placez les noix dans le blender et mélangez jusqu'à ce qu'elles soient grossièrement hachées. Ajoutez le fromage blanc et le miel et continuez jusqu'à ce que tous les ingrédients soient bien mélangés. Mettez de côté.
7. Pour préparer la sauce aux petits fruits, chauffez la casserole à feu moyen et déposez-y les petits fruits et le jus. Une fois que les petits fruits ont été amenés à faible ébullition, réduisez le feu à doux et laissez mijoter pendant cinq minutes ou jusqu'à ce que les fruits aient pris de la consistance. Mettez de côté.
8. Reprenez les crêpes et la garniture. Pour donner à la nalysnyky une forme d'enveloppe, étalez une couche uniforme de la garniture au fromage blanc sur le quart supérieur de la crêpe, puis pliez les côtés droit et gauche vers le centre. Saisissez le quart supérieur ou la crêpe avec la garniture et roulez-la.
8. Enfin, versez la sauce chaude aux petits fruits sur les nalysnykys et servez avec des abricots secs ou des raisins secs. Bonne dégustation ! des raisins secs. Bonne dégustation ! des raisins secs. Bonne dégustation ! des raisins secs. Bonne dégustation !