Le 2 février, c'est la chandeleur

Aujourd’hui, vous pourrez vous faire plaisir sans vous priver en dégustant de délicieuses crêpes à l'occasion de la Chandeleur...La Fédération Française des Diabétiques a élaboré pour vous une recette de crêpes légères et faciles à préparer.

Ces crêpes peuvent s'intégrer parfaitement dans un menu équilibré.

Si vous choisissez la version salée, vous pouvez l'accompagner de salade verte.

Si vous préférez finir votre repas sur une note sucrée, consultez nos recettes de crêpe dessert.

Notre recette de crêpe salée

La tradition de la Chandeleur

Saviez-vous que la tradition voudrait que l’on place une pièce (d’or à l’origine) dans sa main gauche et que l’on fasse sauter la première crêpe pour la retourner dans la poêle. Si la crêpe retombe dans la poêle et sur la bonne face, on est assuré d’avoir de l’argent toute l’année ! Rêvons un peu et faisons sauter les crêpes !

Toutes nos recettes