

## LA CREPE ET LA GALETTE BRETONNE

La crêpe bretonne est un plat traditionnel consommé couramment en Basse-Bretagne. Devenue particulièrement renommée en France et ailleurs, elle est également servie dans des crêperies, nature ou garnie d'ingrédients divers, salés ou sucrés suivant la recette de base.

**La crêpe bretonne peut être confectionnée à base de froment (crêpe sucrée) ou de sarrasin (crêpe salée, typique de Basse-Bretagne).**

La galette de sarrasin ou galette de blé noir, simplement désignée **galette**, est une spécialité culinaire de Haute-Bretagne, ainsi que du sud-ouest de la Manche et de l'ouest de la Mayenne. La galette est un composant de nombreuses recettes cuisinées tant en crêperie qu'à la maison.



*Figure 1 la galette de sarrasin*

Les chefs bretonnes précisent que «cette pâte est très difficile à travailler, notamment parce qu'elle ne contient pas de gluten ». Il faut aussi l'aérer, la battre très longtemps pour incorporer de l'air. Cette étape indispensable permettra l'apparition de bulles d'air et donc de petits trous dans votre future galette complète.

La galette complète et la galette-saucisse sont deux spécialités de garnissages de galettes.

<https://www.youtube.com/watch?v=ijf-gVLyrOo>

<https://www.youtube.com/watch?v=O4me9JI5SAs>