

La Chandeleur, 2 février 2008

"Rosée à la Chandeleur, hiver à sa dernière heure"

"A la Chandeleur, l'hiver s'apaise ou reprend vigueur"

Les origines et l'histoire

L'Eglise avait entrepris dès la fin de l'empire Romain un vaste chantier de remplacement des rites païens par des fêtes religieuses. Ainsi le pape Gélase 1^{er} au V^{ème} siècle remplaça le vieux rite païen dit rite de la lumière, hérité des romains par une fête religieuse, **la fête de la Chandeleur**, commémoré 40 jours après Noël.

Mais Chandeleur vient précisément de candela - **la chandelle** - reprise dans l'expression Festa candelarum, fête des chandelles. La fête de la Chandeleur est liée à la lumière.

Car dans les églises, les torches sont remplacées par des chandelles bénies que l'on conserve allumées, autant pour signifier la lumière que pour éloigner le malin, les orages, la mort,... Cette pratique permet d'invoquer aussi les bons augures à veiller sur les semailles d'hiver qui produiront les bonnes moissons de l'été prochain.

Durant des siècles, la Chandeleur était symbolisée par les chandelles et les crêpes.

Aujourd'hui, il reste surtout les crêpes !

L'emblème de la crêpe

La crêpe elle-même évoque le disque solaire, ainsi que les offrandes alimentaires.

La Chandeleur marque l'ouverture de la période de Carnaval. C'est en même temps, un signe de renaissance, de promesse d'avenir. La crêpe est censée exorciser la misère et le dénuement.

« Il faut pour cela garder la première qui sera, tout au long de l'année, jusqu'à la Chandeleur suivante, garante de la prospérité. »

Cette crêpe que l'on ne mange pas est la survivance du rite de l'offrande. On mettait parfois un "Louis d'or" dans la crêpe mais cela est de l'histoire

Tous ces symboles se retrouvent aujourd'hui dans cet emblème de la Chandeleur qu'est la crêpe. Ce disque doré rappelle le Soleil, dont le retour commençait enfin à se préciser pour les peuplades du Nord de l'Europe et pour les Celtes.

On dit aussi que le pape Gélase 1^{er}, qui christianisa la Chandeleur, réconfortait les pèlerins arrivés à Rome avec des crêpes.

La crêpe traditionnelle est faite à base du froment (blé tendre) de la moisson précédente, que l'on utilise ainsi en quantité car les futures moissons ne sont plus très loin ! Voilà sans doute pourquoi la crêpe est si populaire en Bretagne.

Même si sa variante au sarrasin est moins dorée mais permet des mariages salés. Avec une bolée de cidre, la fête est complète.

Pourquoi manger des crêpes à la Chandeleur?

En quelque sorte c'est pour déjà fêter la fin de l'hiver. (étant donné que la période qui suit c'est Le Carême....donc restriction de fêtes et de bons plats !)

Par sa forme (cylindrique, ronde) et sa couleur qui évoquent le soleil enfin de retour, après les nuits de l'hiver.

Quelques adages

"A la Chandeleur le jour croît de deux heures » ou encore "Rosée à la Chandeleur, Hiver à sa dernière heure."

Car les jours s'allongent sérieusement, la végétation s'éveille et une offensive de l'hiver serait alors particulièrement cruelle.

"Si point ne veut de blé charbonneux, mange des crêpes à la Chandeleur"

Il faut faire sauter les crêpes avec une pièce dans la main afin de s'assurer prospérité toute l'année.

Celui qui retourne sa crêpe avec adresse, qui ne la laisse pas tomber à terre, celui-là aura du bonheur jusqu'à la Chandeleur prochaine.

On fait sauter la première crêpe sur l'armoire, car elle ne moisira jamais. Cela peut sembler curieux mais il paraît que ça préserve de la moisissure l'ensemble de la future récolte !

Dans nos maisons, on fait sauter les crêpes en tenant une pièce dans la main.

La recette de base

Pâte à crêpes vanillée pour 4 personnes

- Prendre un grand récipient à larges bords type saladier

- Mélanger 250 gr de farine de froment tamisé avec 1 cuillère à soupe de sucre semoule
- 2 sachets de sucre vanillé ou non et 1 pincée de sel
- Verser doucement 1/4 litre de lait à température de la pièce
- Battre énergiquement 3 gros oeufs entiers dans un bol
- Une fois la pâte homogène, incorporer les vigoureusement, puis 3 cuillères à soupe d'huile de tournesol ou mieux encore du beurre fondu.
- Laisser reposer minimum 1 heure mais 2 heures c'est mieux

Si nécessaire rectifier la consistance de la pâte et l'allonger à volonté, avec 1/4 de lait ou d'eau.

Pâte à crêpes pour tout un repas

La même pâte que ci-dessus mais sans sucre. Cette préparation va s'accorder aussi bien avec des hors-d'œuvre que servi en dessert. (voir quelques suggestions pour des garnitures variées)

Pâte à crêpes ultra légère

Supprimer le lait et le remplacer par de l'eau tiède

Pâte à crêpes 50% - 50%

Prévoir 1/4 litre de lait et 1/4 de litre d'eau tiède

Pâte à crêpes légère

1 verre de lait, 1 verre de bière

Pâte à crêpes fondante

La Chandeleur, sautons les crêpes...

Incorporer délicatement dans la pâte un blanc d'oeuf battu en neige

Pâte à crêpes à la bière

Prévoir 2 verres de bière et diminuer la quantité de lait d'autant

Cuisson de la pâte

Pour que la crêpe n'attache pas

- incorporer une cuillère à soupe d'huile de plus à la pâte.
- une poêle anti-adhésive neuve résout le problème.
- cuire les crêpes à la crêpière ou la poêle.
- les faire sauter, quelle que soit votre agilité et la hauteur de votre plafond !
- la crêpe se savoure chaude.

Pour les garder au chaud

- Poser la pile de crêpes dans une large assiette plate déposée sur une casserole d'eau frémissante, couvrir d'une feuille d'aluminium ou d'un film transparent.

Quelques suggestions pour des garnitures variées

- Les crêpes peuvent être fourrées d'oeufs, de poisson ou fruits de mer, de viande, de volaille ou de légumes.
- On peut en garder sous la main au congélateur pour apprêter rapidement un reste.
- On peut farcir les crêpes de dessert de fruits frais tels que pommes, pêches, bananes, fraises et tranches d'orange, de crème glacée ou d'une compote de fruits.
- Décorer de noix râpées ou hachées ou de crème fouettée, ou saupoudrer de sucre à glace ou

arroser de liqueur telle que Cointreau, Grand Marnier, Rhum,....

- Donner des couleurs en ajoutant un peu de mousse d'épinards ou de purée de carottes, vos crêpes surprendront!

Crêpes aux crevettes

- Faire fondre 20 gr de beurre avec 20 gr de farine dans une petite casserole
- Ajouter un petit verre de lait, cuire à feu doux
- Puis ajouter 500 gr de petites crevettes roses décortiquées à 3 cuillères à soupe de crème fraîche
- Rectifier l'assaisonnement, saupoudrer de persil haché, 1 filet de jus de citron
- Fourrer cette garniture et placer les crêpes pliées en 2 dans un plat allant au four
- Les servir chaudes

Crêpes flambées au Grand Marnier

- Ajouter une cuillère à café de Grand Marnier sur la crêpe chaude puis flamber

Crêpes Suzette

Un dessert toujours apprécié et que l'on ne déguste pas assez souvent.

- 2 zestes d'orange, 100gr de beurre, 60 gr de sucre, une cuillère à soupe de rhum ou Grand Marnier (selon les goûts)
 - Râper le zeste d'orange, mélanger le avec le beurre, le sucre et le rhum ou le Grand Marnier.
 - Etaler sur chaque crêpe, plier les en deux, les mettre sur un plat chaud à cheval l'une sur l'autre et servir.
-

Des bons secrets

Pour réussir les crêpes

1. la poêle doit être à la bonne température (juste assez chaude pour faire grésiller une goutte d'eau).
2. la pâte doit avoir la consistance de la crème à fouetter.

Pour des crêpes plus légères

Ajouter 2 cuillerées à thé de beurre fondu à votre préparation de crêpes puis les cuire sans ajouter de matière grasse dans votre poêle. Vos crêpes seront dorées et moins grasses.

Pour une utilisation immédiate

Empiler les crêpes au fur et à mesure de la cuisson et couvrir.

Pour réfrigérer

Bien envelopper les crêpes empilées dans du papier d'aluminium ou dans une pellicule plastique et garder au réfrigérateur deux ou trois jours, au plus.

Laisser les crêpes revenir à la température de la pièce avant de les garnir ou de les servir.

Pour congeler

Mettre du papier ciré entre les crêpes. Placer dans un récipient hermétique. Les crêpes se gardent au congélateur jusqu'à 4 mois.

Les crêpes qui ont été congelées sont plus fragiles et se déchirent facilement. Laisser décongeler les crêpes complètement avant de les développer et de les séparer.

Les crêpes farcies se congèlent bien

Choisir des garnitures dont les aliments se congèlent bien (jambon, champignons, ...) et ne pas oublier que les crêpes sont susceptibles d'absorber les liquides et peuvent se détremper.

Légère et moelleuse

Des crêpes à l'eau pour une pâte plus légère, au lait pour plus de moelleux, ou à la bière pour une pâte un peu soufflée et au cidre, pourquoi pas, pour des crêpes aux pommes?

▪ 2 heures de repos pour la pâte

Il est nécessaire de préparer la pâte à l'avance et la laisser reposer au moins deux heures. Selon le type ou la qualité de farine utilisée, la pâte s'épaissit. Il suffit d'ajouter un peu de liquide à la dernière minute.

Choix de la poêle

Choisir avec soin la poêle qui servira à la cuisson des crêpes car elle prend une large part à la réussite. Elle doit être en acier épaisse et à très petits bords, ou anti-adhésive diffusant bien la chaleur et avoir le fond parfaitement plat.

Il faut aussi une spatule flexible en métal, si vous ne voulez pas vous risquer à faire sauter les crêpes et une louche (ou une tasse) pouvant contenir juste la quantité requise pour chaque crêpe.

Il est entendu que si on fait sauter une bonne douzaine de crêpes, la première risque de refroidir aussi vous pouvez allumer votre four au minimum. Glisser chaque crêpe sur un plat pouvant aller au four et déposer dessus une feuille de papier aluminium pour éviter qu'elles ne sèchent.

Pour flamber sur un petit réchaud, chauffer une louche contenant l'alcool ou la liqueur de votre choix, enflammer devant les convives; avec une cuillère, arroser les crêpes et incliner doucement le plat pour répartir l'alcool.

La cuisson

Chauffer d'abord la poêle à feu pas moyen. Frotter le fond de la poêle d'une légère couche de matière grasse (si nécessaire); dans certaines régions, on utilise un petit morceau de gras de lard piqué avec une fourchette, ce qui évite l'excédent de matières grasses.

Vous pouvez également utiliser un peu de beurre ou une petite goutte d'huile. Verser rapidement la pâte dans la poêle chaude en soulevant celle-ci au-dessus du feu; lui donner rapidement un mouvement circulaire pour étaler la pâte sur toute la surface; reposer la poêle sur le rond à feu doux et cuire en surveillant attentivement. Lorsque les bords se détachent et se soulèvent, secouer légèrement la poêle pour décoller la crêpe, la retourner. Ensuite, c'est une question de secondes avant de la replier ou de la glisser sur un plat. Vous pouvez garnir les crêpes avec de la confiture, de la crème fraîche, du beurre, du sucre, une crème frangipane ou pâtissière, du fromage blanc ou du caramel cristallisé en entremets. La crêpe salée (appelée plutôt galette), accepte toutes les préparations et sort rarement sans sauce.

Pour graisser la poêle, choisir

- soit un nouet de chiffon imprégné d'huile, de beurre fondu ou de saindoux dont vous frottez la poêle entre chaque crêpe
- soit une noisette de beurre frais déposée dans la poêle.
- soit une couenne de lard frais piquée sur une fourchette

Autres façons de les tenir au chaud?

- au bain-marie: poser sur une assiette qui est elle même posée sur une casserole d'eau à petit feu.
- à la poêle: réchauffez-les dans une poêle avec une petite noisette de beurre
- au four: dans un plat, recouvert d'alu, 10 à 15 min à chaleur douce
- au micro-onde: quelques minutes dans une assiette, toutes empilées, sans les couvrir.

Les chefs nous disent que

- les ingrédients sont toujours à ajouter sur la première face cuite de la crêpe.
 - Cacao: si vous utilisez du chocolat en poudre, l'ajouter sur la crêpe lorsqu'elle est retournée afin que le chocolat fonde au contact du beurre, sans pour autant brûler la crêpe.
 - Banane: l'écraser à l'aide d'une fourchette, dans une assiette, en ajoutant un peu de sucre et une goutte de lait
 - Sucre: il est préférable de saupoudrer la crêpe de sucre, une fois la cuisson terminée.
-

Le Pliage des crêpes : des formes, des fantaisies

Pli double

- Étaler la garniture en ligne droite au centre de la crêpe. Plier un côté sur la garniture, en la couvrant presque complètement. Plier l'autre côté sur le dessus.

Roulée

- Étaler la garniture sur toute la surface de la crêpe. En commençant par un côté, rouler la crêpe comme pour un gâteau roulé.

En pochette

- Déposer une cuillerée de garniture au centre de la crêpe et plier le bas de la crêpe de manière à recouvrir à peu près la moitié de la garniture.
- Plier le côté droit sur la garniture, et ensuite, le côté gauche. Rabattre le haut de la crêpe sur le tout.

En gâteau

- Étaler de la garniture sur chaque crêpe en laissant une mince bordure tout autour.
- Empiler les crêpes. Servir en pointes

Pli crêpe Suzette

- Déposer une cuillerée de garniture au centre de la crêpe.
- Plier en deux et plier de nouveau en deux, de manière à former un triangle de quatre épaisseurs.

Coupes

- Placer soigneusement une crêpe dans un moule à muffin graissé en faisant gondoler les bords.
- Garnir au goût.

Crêpes ratées

Pour quelles raisons et quoi faire ?

1. la crêpe colle à la poêle: cela peut provenir de plusieurs raisons:

- la farine: si elle contient des matières étrangères ou des grumeaux, la crêpe colle, malgré une bonne technique de cuisson.
- la poêle est trop froide, l'albumine ne se saisit pas.
- la poêle est bosselée, sur les bosses, la graisse ne tient pas, la pâte colle à cet endroit.
- par excès de zèle, on a soulevé la pâte à la spatule avant qu'elle ait eu le temps de se saisir, c'est une erreur : il ne faut toucher à la crêpe qu'au moment de la retourner, et lorsque les bords se soulèvent d'eux-mêmes.

2. La crêpe est molle, se déchire:

cela arrive surtout pour les crêpes dont la farine est pauvre en gluten, ou pour celles faites à l'eau, donc en principe avec une pâte trop peu riche : y ajouter un oeuf et une noix de corps gras.

Cela peut provenir aussi de ce que la pâte est trop liquide, dans ce cas, rajouter un peu de farine.

Enfin, ne jamais oublier qu'une vive chaleur fait mieux durcir l'albumine de la pâte.

3. La crêpe est trop sèche: c'est

qu'elle est très riche en blanc d'œuf mais qu'elle manque de graisse, en rajouter un peu pour l'assouplir.
