

Le Galétou (Tour tous - crêpes au blé noir)

Le **Galétou** ou **Tour tous** - fines crêpes de *sarrasin* qui étaient autrefois mangées en guise de pain. Elles accompagnent beurre, rillettes ou plats en sauce.

Ingrédients : (pour une douzaine de tour tous)

- 270 g de farine de blé noir
- 130 g de farine de blé
- 1 cuillerée à soupe d'huile ou de graisse d'oie
- 20 g de levure fraîche de boulanger
- 1 pincée de sel
- huile pour la cuisson (j'ai utilisé de l'huile de noix)

Recette :

1. Diluez la levure de boulanger dans deux cuillerées d'eau tiède (35° environ).
 2. Mélangez 270 g de farine de blé noir, 130 g de farine de blé et une pincée de sel dans un grand saladier.
 3. Creusez un puit au centre de la farine et ajoutez peu à peu la cuillerée à soupe d'huile (ou de graisse d'oie) puis la levure de boulanger à l'aide d'une cuillère en bois.
 4. Ajoutez peu à peu 1,5 litre d'eau tiède (35° environ).
 5. Couvrez d'un linge et laissez reposer pendant 1h30 à 2h dans un endroit tiède, afin que la pâte lève.
 6. Cuissez les *tour tous* comme des crêpes fines, avec une crêpière régulièrement huilée (environ 3 min de cuisson d'un côté, puis 2 min de l'autre).
- Servez chaud ou tiède en entrée avec des rillettes, du pâté ou du beurre persillé.

