***Crêpes indiennes végétaliennes***

* 6 bonnes cuillères à soupe de [**farine de pois chiches**](http://www.pankaj-blog.com/pages/La_farine_de_pois_chiches_ou_Besan-185230.html)
* quelques feuilles de [**coriandre fraîche**](http://www.pankaj-blog.com/pages/coriandre-epice-indienne-3228044.html) 1 gousse d'**ail** hachée
* 1 cuillère à soupe de [**curry**](http://www.pankaj-blog.com/pages/epice-curry-3750885.html) [**asafoetida**](http://www.pankaj-blog.com/pages/Lasafoetida_ou_hing-209275.html) (factultatif)
* 15cl d'**eau** de l'**huile** du **sel**

Mélanger l'eau et la farine. Ajouter le sel, le piment (facultatif) l'ail, le curry et l’asafoetida et bien mélanger. Ensuite ajouter les feuilles de coriandre (mélanger)  
Mettre de l'huile dans une poêle. Ensuite mettre la pâte (1 louche). Quand le dessus est sec, ajouter de l'huile et tourner la crêpe. La retourner plusieurs fois jusqu'à ce qu'elle soit dorée des deux côtés.

**Farce carottes/courgettes/**coco 2 petites carottes 1 courgette moyenne  
 5 à 10 cl de lait de coco 1 cc de curry sel, poivre

Faites revenir dans 1 CS d'huile d'olive les légumes râpés 10 mn sur feu moyen, rajoutez le curry, le sel, le poivre et le lait de coco. Laissez mijoter, rajoutez un petit quart de poivron jaune en dés, laissez mijoter encore 10 mn.Disposez la petite crêpe / galette dans une assiette, disposez un boudin de farce de légumes, puis roulez délicatement. Gardez au chaud dans un plat antiadhésif au four moyen (th°4) et procédez de la même façon pour les autres crêpes.

[**Crêpes de pois chiche épinards- ricotta, curry de légumes**](http://celaieandbetsa.canalblog.com/archives/2008/03/04/8192996.html)

Pour 4 crêpes -1 œuf

- 80 g de farine de pois chiche

-160 ml de lait

Battre l’œuf, ajouter la farine en mélangeant bien, puis le lait progressivement en évitant les grumeaux. Laisser reposer 2h. Les crêpes se font ensuite comme des crêpes classiques.

Pour la farce épinard-ricotta : -700g d’épinards frais

- 100 g de ricotta - -Sel et poivre

Laver les épinards et les faire revenir dans une poêle 1 min. Les mixer avec la ricotta, assaisonner. Garnir les crêpes.

Pour le curry de légumes : -1 oignon 10 carottes -1 petit brocoli -3 pommes de terre

-1à2 CS de curry -150 ml de lait de coco

Laver et éplucher les légumes. Faire revenir l’oignon dans un peu d’huile dans un faitout ou un wok. Ajouter les légumes coupés en tranches fines. Verser le curry, laisser mijoter 5 minutes. Verser ensuite le lait de coco et laisser sur le feu jusqu’à ce que les légumes soeint juste tendre. Assaisonner.

[***Galettes à la farine de pois chiche à l'indienne***](http://tentations-culinaires.over-blog.com/article-35759091.html)

- 100 g de farine de pois chiche - 100 g de farine de blé  
- 1/2 càc de levure chimique  
-reste de ratatouille  
- 2 càs d'huile  
- 2 càs de yaourt ou fromage blanc  
- 1/2 verre d'eau  
- coriandre fraîche  
- 2 cc de garam masala - 1/2 cc de curry - sel - 3 poivre du Kerala

Mélanger les farines, les épices, la levure, les légumes, la coriandre ciselée, l'huile et le yaourt  
Travailler la pâte et ajouter l'eau peu à peu en très petite quantité  
Arrêter d'ajouter l'eau lorsque vous pouvez en faire un boule, laisser reposer la pâte 10 minutes  
- fariner le plan de travail et les mains  
- former des boules, les aplatir en galettes d'1/2 cm d'épaisseur  
- les cuire 8 min à 200° en les retournant à mi cuisson