

## Baking Challenge 24

### *Crêpes*

Host: Forbakingchallenge



Chào các bạn, mình rất vui khi được Kiwi khuyến khích làm host cho Challenge tháng 8 này. Sau một vài loại bánh phức tạp, để thay đổi không khí, Baking Challenge cuối cùng của mùa hè mời các bạn tạm xa rời lò nướng, vì đây là một loại bánh rất đơn giản, chỉ cần vài dụng cụ có sẵn trong bếp là chúng ta làm được món bánh này rồi. Bảo đảm là không ai có thể thất bại.

Baking Challenge 24 mời các bạn làm quen với Crêpes, một loại bánh mỏng, đẹp, làm từ hỗn hợp bột, trứng, sữa, được chiên cả 2 mặt. Crêpes là tiếng Pháp, từ chữ Latin *crispa* mà ra, có nghĩa là làm cong, cuộn lại. Khởi đầu từ vùng Brittany, miền Tây Bắc của nước Pháp, crêpes ban đầu được làm bằng bột buckwheat, không nhân và dùng như một loại bánh mì. Ngày nay crêpes được làm bằng nhiều thứ bột khác nhau như bột whole wheat (nguyên cám), buckwheat (kiều mạch), garbanzo, chesnut (hạt dẻ), blue cornmeal. Ngoài Pháp ra crêpes còn có mặt trong

thực đơn của nhiều quốc gia khác. Tuy là món bánh đơn giản, nhưng crêpes lại rất đa dạng về hình thức cũng như mùi vị. Crêpes có thể dùng làm món điểm tâm, món chính, và cả món tráng miệng.

Challenge này chúng ta sẽ làm thử 2 loại crêpes, 1 loại ngọt (crêpes Suzette) dùng để ăn tráng miệng, và 1 loại làm bằng bột buckwheat (hoặc bột nguyên cám) có nhân mặn dùng để ăn điểm tâm hay bữa chính. Hy vọng với sự sáng tạo của mỗi cá nhân, chúng ta sẽ làm ra được thêm 1 món bánh phù hợp với sở thích và khẩu vị của gia đình mình.

Chúc các bạn ngon miệng.

## **Crêpes Suzette (Julia Child & Jacques Pepin)**

Nói đến crêpe của Pháp là người ta nhắc đến ngay crêpes Suzette, nôm na như là 1 món “quốc hồn quốc túy” của dân tộc này. Vậy món này có gì đặc biệt đây?

Xin thưa phần đặc biệt của món này nằm trong phần flambé crêpes với orange butter và rượu Grand Marnier. Các nhà hàng của Pháp thường đem bếp gas nhỏ, ra tận bàn ăn, bày biện và biểu diễn phần này trước mặt thực khách. Chính điều này đã làm cho món bánh crêpe Suzette tưởng chừng như rất đơn giản lại trở nên thanh lịch, đúng điệu với tiêu chuẩn ẩm thực Pháp là không những ăn ngon mà còn phải đẹp mắt nữa.

### **Dụng cụ cần thiết:**

- Chảo đáy phẳng 17-25 cm
- Food processor
- Muỗng, đồ gấp có cán dài
- 1 chảo rộng bằng gang, inox, hay khay bánh có thể chịu nhiệt cao, và đặt trực tiếp lên lò nấu
- diêm quẹt

### **1. Nguyên liệu:**

**Để làm crêpes:** 8-10 cái (25 cm) crêpes

- 1 cup bột mì đa dụng
- 2 quả trứng gà lớn
- 1 lòng đỏ trứng gà
- 3/4 cup sữa tươi không đường
- 1/3 cup bơ hơi chảy
- 2 Tbsp đường
- 1 nhúm muối nhỏ

- 3/4 cup nước
- 2 Tbsp bơ để tráng chảo
- 2 Tbsp đường để rải lên mặt bánh

### **Cách làm:**

-Dùng whisk trộn đều bột mì, trứng, lòng đỏ trứng, sữa, bơ hơi chảy, đường, và muối đến khi hỗn hợp sền sệt, mịn màng không vón cục nữa thì thêm nước vào trộn đều.

-Cất vào tủ lạnh ít nhất 1 giờ cho đến qua đêm.

### **Để làm Orange butter:** được 1 1/4 cups

- 1 quả cam lớn: nạo vỏ nhỏ
- 1/4 cup đường
- 175 gr bơ cắt nhỏ
- 1/3 cup nước cam tươi

### **Cách làm:**

-Cho vỏ cam và đường vào cối của máy food processor, bấm máy cho đến khi vỏ cam nhuyễn ra.

- Thêm bơ và nước cam vào cối. Bấm cho máy trộn đều các thứ , đến khi bơ và nước cam quyện lẫn vào nhau.

Yêu cầu: Orange butter phải có màu nhạt, bông xốp, và mịn đều.

-Orange butter có thể đậy kín và bảo quản trong ngăn mát tủ lạnh đến vài ngày.

### **Để làm flambé:**

1/4 cup rượu cognac

1/4 cup rượu Grand Marnier hoặc rượu khác có mùi cam

## **2. Thực hiện :**

-Lấy bột ra khỏi tủ lạnh một giờ và khuấy đều bột trước khi chiên.

-Đặt chảo lên bếp, lửa trung bình khoảng 1- 2 phút.

-Phết một lớp bơ mỏng lên chảo.

- Nhấc chảo lên, cho 3 Tbsp hay 1/4 cup hỗn hợp vào chảo (tùy theo kích thước chảo mà bạn có), rồi nhanh tay xoay tròn chảo sao cho bột tráng mỏng đều, tròn đáy chảo. (Tương tự như mình chiên trứng hay đồ bánh xèo vậy).

-Để lửa trung bình lớn cho đến khi mặt bánh bắt đầu khô, viền ngoài bánh có màu vàng nâu , cỡ chừng 1 phút, thì trở mặt bánh.

- Để thêm 1 lúc cho đến khi mặt của crêpes hơi r ám vàng (từ 30-45 giây) thì lấy bánh ra để lên rack cho nguội.

-Tiếp tục làm cho đến khi hết chỗ bột còn lại. Nếu bạn dùng chảo chống dính thì không cần phải quét bơ lên chảo cho mỗi lần chiên, nhớ làm sạch các mẫu vụn bánh cháy (nếu có) trước khi làm cái kế tiếp.

-Bánh làm ra nếu chưa dùng liền lót giấy xen kẽ giữa các lớp bánh, bọc kín, cất vào tủ lạnh vài ngày.

\*Lưu ý: Mặt dưới trước khi trở của crêpes luôn luôn là mặt trình bày (ta tạm gọi mặt này là mặt ngoài và mặt trở sau là mặt trong vậy). Tùy vào lò của nhà bạn mà canh sao crêpe được đều và đẹp. Thường thường 2 cái crêpes đầu tiên hay bị xấu xem như mình thử lò và chảo vậy.



### **flambé:**

\*Những điều cần chú ý khi flambé crêpes:

- Để tránh bị phỏng, không nên rót rượu trực tiếp từ chai vào chảo crêpes.
- Xử dụng muỗng, đồ gắp có cán dài khi rưới orange butter lên mặt crêpes.
- Dùng khăn lau chén lớn hay đồ nhấc nồi để bảo vệ tay khi di chuyển chảo crêpes từ lò đến bàn (trong khi lửa vẫn còn cháy trong chảo)

## **Cách 1:**

- Đặt chảo gang, hay inox trên lửa vừa, cho orange butter vào. Khi bơ chảy ra, sôi lên, sủi bọt và từ từ sệt lại thành syrup thì hạ nhỏ lửa xuống. Cho từng cái crêpe vào, mặt ngoài của crêpes lên trên, nhanh tay rưới orange butter thấm đều cả 2 mặt bánh rồi gấp bánh lại làm 4. Xếp bánh sát thành của chảo và tiếp tục như vậy cho những cái bánh còn lại. (nếu chảo nhỏ có thể chia làm 2 lần để làm )
- Rắc 2 tbsp đường lên mặt crêpes.
- Lần lượt rưới đều rượu Cognac và Grand Marnier lên mặt crêpes rồi xoay chảo sao cho lửa từ lò hắt vào trong chảo. Hoặc bạn có thể dùng diêm quẹt để mỗi lửa vào chảo.
- Dùng muỗng rưới đều orange butter đang cháy này lên đều các crêpes.
- Lưu ý là phải nhanh tay cho phần này, vì ngọn lửa trong chảo rất mau tàn.

## **Cách 2:** Cách này tiện lợi khi bạn có đông người dùng.

- Phết đều 2-3 Tbsp orange bơ lên khay nướng.
- Phết 1 Tbsp orange butter lên mặt trong của mỗi cái crêpe, gấp crêpe lại làm 4 và xếp qua 1 bên của khay nướng.
- Tiếp tục phết orange butter và gấp làm 4 các cái crêpe còn lại. Nhớ chừa lại 1 chỗ trên khay nướng để mức nước syrup. Phần này có thể làm trước và cất vào tủ lạnh chờ đến tận lúc dùng mới đem ra.
- Trước khi dùng, làm nóng lò nướng trước, dùng lửa trên. Rắc đều 2 Tbsp đường lên mặt crêpes rồi cho khay vào rãnh giữa của lò nướng. Nướng độ chừng 3 phút, xoay khay nếu cần thiết, đến khi crêpes vàng đều nhưng không bị cháy và bơ sôi lên thì lấy khay ra khỏi lò.
- Đặt khay lên bếp, lửa vừa .
- Lần lượt rưới đều rượu Cognac và Grand Marnier lên mặt crêpes rồi dùng diêm quẹt để mỗi lửa vào khay.
- Mang khay bánh cùng với ngọn lửa lên tận bàn ăn, dùng muỗng có cán dài rưới đều orange butter lên mặt crêpes cho đến khi ngọn lửa tàn hẳn.



## **Buckwheat Crêpes (David Lebovitz)**

Tại Pháp Buckwheat crêpes được gọi là Galette. Buckwheat crêpes thường dùng với nhân mặn, về hình thức thì hơi dày hơn so với bánh làm bằng bột mì.

Mình nghe nói là bột Buckwheat hiện nay không có bán tại Việt Nam, nhưng mình vẫn muốn giới thiệu bột này đến với các bạn, không chừng có lúc mua được hoặc cần dùng đến. Buckwheat là loại bột giàu giá trị dinh dưỡng, gluten free, thích hợp cho những ai có vấn đề với gluten có thể dùng bột này thay thế các loại bột khác. Người Nhật và Đại Hàn dùng bột này để làm mì Soba.

Các bạn không thể mua được bột buckwheat thì dùng bột nguyên cám.

**Nguyên liệu:** 10-12 crêpes

- 2 cups (500 ml) sữa tươi không đường
- 1 Tbsp đường
- 1/4 tsp muối
- 3 Tbsp (80gr) bơ hơ chảy
- 1/2 cup (70 gr) bột buckwheat hoặc bột nguyên cám
- 3/4 cup (105 gr) bột mì đa dụng

- 3 quả trứng gà lớn



### **Cách làm**

- Cho tất cả nguyên liệu vào trong tô dùng whisk trộn đều đến khi hỗn hợp mịn màng không vón cục. Bọc kín cho vào tủ lạnh qua đêm.
- Lấy bột ra khỏi tủ lạnh một giờ và khuấy đều bột trước khi chiên.
- Cách chiên tương tự như phần crêpes Suzette.
- Bánh chiên xong nếu chưa dùng ngay có thể bọc xen kẽ với giấy chống dính, bọc kín lại cho vào ngăn mát tủ lạnh vài ngày. Khi dùng lấy ra làm nóng lại bằng cách bọc giấy nhôm, cho vào lò nướng,

### **Nhân bánh:**

- Phần này là tùy ý sáng tạo của các thành viên, các bạn có thể dùng cheese, ham, rau cải, nấm, trứng, hải sản, thịt các loại .... nêm nếm theo ý thích của mình để làm nhân cho phần crêpes này.



(hình chụp phóng theo blog [turntablekitchen.com](http://turntablekitchen.com))

### **Yêu cầu:**

#### **A: Thành phẩm**

- Thành viên bắt buộc làm theo công thức crêpes Suzette và buckwheat (hoặc bột nguyên cám) crêpes. Nhân bánh cho phần buckwheat crêpes tùy ý sáng tạo.
- Khi nộp bài tóm tắt bạn đã làm nhân gì cho phần buckwheat crêpes của mình.
- Crêpes chiên mỏng đều, mịn màng, không bị cháy.
- Crêpes Suzette ăn mềm mại, có mùi thơm của bơ, cam, rượu.
- Tạo hình và trang trí crêpes tùy ý.

#### **B: Bài làm**

- Ngày nộp bài: Từ 00.00-24.00 giờ VN ngày 25/8/2011.
- Mỗi bài post không vượt quá 5 ảnh, nếu quá 5 ảnh, xin vui lòng post thành 2 bài khác nhau.

**C: Hình ảnh:** Tổng cộng 5 ảnh

-2 ảnh chụp mỗi loại crêpes sau khi chiên.

-1 ảnh hoàn chỉnh crêpes Suzette sau khi flambé.

- 1 ảnh hoàn chỉnh crêpes mặn có nhân.

- 1 ảnh ghép các công đoạn thực hiện (Ghép ảnh sử dụng phần mềm Photoscape).

**D: Public công thức**

-Thành viên xin vui lòng không public công thức trước ngày 25/8/2011