

FICHE PRODUIT

SANCIAU

Typiques du Berry, les Sanciaux sont de grosses crêpes épaisses, cuites à la poêle sur les deux faces. Ils sont le plus souvent fourrés de pommes coupées en lamelles, mais d'autres fruits de saison peuvent être utilisés ainsi que des raisins secs.

Les Sanciaux sont très peu vendus, que ce soit en pâtisserie ou chez les traiteurs.

Cependant, de nombreux restaurants du Berry les proposent en dessert dans des recettes modernisées ; ils sont alors enrichis au miel, parfumés d'alcool (rhum, calvados) et parfois flambés ou même accompagnés d'une boule de glace. La pâte peut être rendue plus légère en y incorporant des blancs d'œufs battus en neige, les pommes peuvent être caramélisées à la poêle avant d'être incorporées dans la pâte.

Le Sanciau est un plat rustique et économique, né dans les fermes pour nourrir les paysans avant la journée de travail. Il est aujourd'hui un plat familial servi l'après-midi à l'heure du goûter ou le soir.

La farine, le sucre, le sel et l'huile sont mis dans un saladier, les œufs sont incorporés un à un jusqu'à obtenir une pâte homogène. Le lait est ajouté progressivement pour éviter des grumeaux et la pâte est laissée à reposer pendant 3 heures. Les pommes sont épluchées, épépinées et coupées en lamelles puis incorporées délicatement à la pâte. Le mélange est versé dans une poêle chaude beurrée et laissé à cuire à feu très doux pendant une dizaine de minutes jusqu'à ce que toute la pâte commence à prendre. Le Sanciau est alors retourné à la spatule et relaissé à cuire pendant quelques minutes : les deux faces doivent être dorées et légèrement craquantes.



Crédit photo : Cuisine Campagne