La Bretagne

La région Bretagne est l'une des 22 [régions françaises](http://fr.wikipedia.org/wiki/R%C3%A9gion_fran%C3%A7aise) de la [France métropolitaine](http://fr.wikipedia.org/wiki/France_m%C3%A9tropolitaine). Composée des [départements](http://fr.wikipedia.org/wiki/D%C3%A9partement_fran%C3%A7ais) des [Côtes-d'Armor](http://fr.wikipedia.org/wiki/C%C3%B4tes-d%27Armor), du [Finistère](http://fr.wikipedia.org/wiki/Finist%C3%A8re), de l'[Ille-et-Vilaine](http://fr.wikipedia.org/wiki/Ille-et-Vilaine) et du [Morbihan](http://fr.wikipedia.org/wiki/Morbihan), sa préfecture et sa plus grande ville est [Rennes](http://fr.wikipedia.org/wiki/Rennes).

Baignée par la [Manche](http://fr.wikipedia.org/wiki/Manche_(mer)) au nord et par le [golfe de Gascogne](http://fr.wikipedia.org/wiki/Golfe_de_Gascogne) au sud, elle se trouve dans le [Grand Ouest français](http://fr.wikipedia.org/wiki/Grand_Ouest_fran%C3%A7ais), et est limitrophe des régions de [Basse-Normandie](http://fr.wikipedia.org/wiki/Basse-Normandie) et des [Pays de la Loire](http://fr.wikipedia.org/wiki/Pays_de_la_Loire).

Son nom reprend celui de l'ancienne [province](http://fr.wikipedia.org/wiki/Province) de [Bretagne](http://fr.wikipedia.org/wiki/Bretagne), dont elle recouvre également le territoire, diminué de l'actuelle [Loire-Atlantique](http://fr.wikipedia.org/wiki/Loire-Atlantique).

La Bretagne, terre de légendes et de mystères, tire son nom des habitants de l'Ile de Bretagne qui au Vème siècle, émigrèrent en masse vers l'Armorique. Duché quasi indépendant jusqu'au XVème siècle, c'est en 1532 qu'est signé l'Edit de rattachement de la Bretagne à la France. Haut lieu des révoltes des Chouans pendant la période révolutionnaire, la Bretagne est aujourd'hui célèbre pour ses Menhirs, sa côte sauvage, son folklore et ses traditions musicales, ainsi que ses nombreux ports de pêche qui en font une région prisée des touristes de France et d'ailleurs où l'on déguste avec bonheur les produits de la mer, à commencer par quelques [Huîtres de Bretagne](http://www.aftouch-cuisine.com/fr/huitres-de-bretagne-95.htm).

Autre aspect de cet engouement touristique, les délicieuses crêpes sucrées ou galettes salées que l'on accompagnera d'un verre de cidre bien frais et précédées d'un verre de [Chouchen](http://www.aftouch-cuisine.com/fr/chouchen-93.htm), apéritif local également à base de pomme. Les amateurs se régaleront de quelques tranches d'[Andouille de Guéméné](http://www.aftouch-cuisine.com/fr/andouille-de-guemene-11.htm) que l'on sert aussi bien froide que chaude chez les nombreux restaurateurs bretons. Autre délice régional, le [Far breton](http://www.aftouch-cuisine.com/fr/far-breton-96.htm) se marie merveilleusement avec un petit Muscadet du Pays Nantais. Les amateurs de galette au beurre se régaleront d'un délicieux [Kouign-Amann](http://www.aftouch-cuisine.com/fr/kouign-amann-94.htm) accompagné d'un petit verre d'eau de vie qui conclura de belle manière une soirée entre amis, surtout si cette dernière vient de la presqu'île de Rhuys.

LES  CRÊPES  BRETONNES

Fines et croustillantes, les crêpes bretonnes sont préparées avec de la farine de blé noir (sarrasin) lorsqu'elles sont salées, et avec de la farine de froment (blé) lorsqu'elles sont sucrées.

[](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Roscoff_2008_PD_30.JPG)

|  |  |
| --- | --- |
| Une crêpe de froment (sucrée) | |
|  | |
| Lieu d'origine | [Basse-Bretagne](http://fr.wikipedia.org/wiki/Basse-Bretagne) |
| Place dans le service | plat ou dessert, en-cas |
| Température de service | chaud (plat ou dessert) ou froid  (en-cas) |
| Ingrédients | recette salée : farine de blé noir, œufs, lait  recette sucrée : farine de froment, farine de blé noir (30%), œufs, lait, sucre |



LES  CRÊPES  BRETONNES

Fines et croustillantes, les crêpes bretonnes sont préparées avec de la farine de blé noir (sarrasin) lorsqu'elles sont salées, et avec de la farine de froment (blé) lorsqu'elles sont sucrées.