

Crêpes à l'huile de courge fourrées au poireau



Plat principal

Type de
recette



30 minutes

Préparation



Moyen

Difficulté



Ingrédients pour 4 personnes

Pâte à crêpes

½ l de lait

3 œufs

200 g de farine

Sel

Poivre

Huile végétale de cuisson

Farce aux poireaux

120 g de poireau finement coupé

1 CS d'huile de courge styrienne igp

pour la cuisson

40 g de pépins de courge styriens grillés

2 CS d'huile de courge styrienne igp

120 g de fromage blanc maigre

1 gousse d'ail

Sel

Poivre

Préparation

Pour la pâte, mélanger le lait, la farine, ajouter les œufs, assaisonner et bien remuer.

Pour la farce, faire revenir le poireau quelques instants dans l'huile de courge et laisser refroidir. Mettre les autres ingrédients dans un saladier, bien mélanger et ajouter le poireau refroidi.

Confectionner des crêpes fines, les garnir de farce et les rouler. Couper les crêpes roulées, les dresser sur les assiettes et garnir d'un peu de poireau et de quelques gouttes d'huile de courge.

Recette de Kochen & Küche,

www.kochenundkueche.com / Foto: Mani Hausler