

CRÊPES AU CHÉNOPODE BLANC ET FARINE DE MAIS



Ingrédients pour 2 personnes

Ingrédient	Quantité
Oeufs	2
huile	35 grammes (neutre)
Lait	25 cl
Farine de blé	85 grammes
farine de maïs	25 grammes
Sel, poivre	
noix de beurre	1
Oignon	1 (gros)
feuille de chénopode	700 grammes

Préparation

1. Préparer la pâte à crêpe en mettant les oeufs, l'huile, le lait, les 2 sortes de farine et une pincée de sel dans le blender. Mixer. La pâte à crêpe est prête ! Laisser reposer, le temps de préparer la garniture

-
2. Laver les feuilles de chénopode à l'eau vinaigrée et les passer dans l'essoreuse à salade

-
3. Emincer l'oignon et le faire fondre à la poêle avec la noix de beurre. Faire tomber rapidement les feuilles de chénopode dans l'embeurrée d'oignon. Assaisonner de sel et de poivre

-
4. Faire ensuite les crêpes comme à votre habitude, avec la farine de maïs, elles seront plus épaisses, c'est normal

-
5. Garnir les crêpes de la préparation au chénopode et les rouler. Les couper en tronçons et servir en entrée avec une belle salade d'herbes sauvages comestibles

