

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
