

Crepas de tres rellenos

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Crepas

Leche descremada: 150 cc

Manteca clarificada: 2 cdas.

Harina integral: 1/2 Taza

Sal: A gusto

Huevos: 3 Unidades

Harina: 1/2 Taza

Ensalada

Sal y Pimienta: A gusto

Mezclum de Hojas Verdes: Cantidad necesaria

Aceite de aromatizado con pimientos en aerosol:
A gusto

Vinagre de jerez: 1 cda.

Relleno de espinaca

Espinacas hojas: 1 Taza

Sal y Pimienta: A gusto

Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Ricotta light: 100 g

Tomates secos hidratados: 50 g

Relleno de hongos

Queso port salud light: 50 g

Champignones: 50 g

Shitakes secos hidratados: 50 g

Peperoncino en polvo: Una pizca

Aceite de oliva en aerosol: Cantidad necesaria

Hongos de pino secos hidratados: 50 g

Relleno de pollo

Sal y Pimienta: A gusto

Hierbas secas (salvia,romero,tomillo): 1 cda.

Pechuga de pollo cocida: 1 Unidad

Cebollas caramelizadas: 50 g

Preparación de la Receta

- Coloque todos los ingredientes en un mixer y bata bien.
- Lleve la mezcla a la heladera y deje reposar durante una hora.
- En una sartén de teflón con un poco de *manteca* derretida prepare las crepas.

Relleno de espinacas

- Pique los tomates.
- En una sartén con aceite de oliva en aerosol cocine las espinacas, condimente con pimienta, durante un minuto.
- Retire y pique en trozos gruesos.
- En un bowl coloque la *ricota*, el *tomate*, la *espinaca*, sal, pimienta, mezcle y reserve.

Relleno de hongos

- Corte los *hongos* en láminas.
- Ralle en queso y mezcle con el *peperoncino* molido.
- En una sartén con aceite de oliva en aerosol coloque los *hongos* y deje cocinar sin mover.
- Mezcle los *hongos* con el queso picante.

Relleno de pollo

- Desmenuce el *pollo*.
- En un bowl coloque el *pollo*, las cebollas, salvia, *romero*, *tomillo*, sal y pimienta. Mezcle bien.

Armado

- Rellene las crepas una con cada relleno y cierre dando forma de cono.
- Coloque las crepas sobre una placa de horno con papel *manteca* durante 3 a 4 minutos a 160°.

Ensalada

- Corte las hojas de lechugas con las manos y coloque en un bowl.
- Condimente con el *vinagre* de jerez, el aceite aromatizado sal y pimienta.

Presentación

- Sirva las crepas y acompañe con la ensalada

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/crepas-de-tres-rellenos>