Crepes de Mijo

Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Armado

Hierbas frescas: c/n
Palta: 1 unidad
Queso pategras: 100 grs
Mayonesa de chile: c/n
Salsa de tomate: 200 cc

Masa

Huevos: 4 Unidades
Harina integral: 250 grs
Sal Marina: c/n
Leche de almendras: 500 cc
Aceite de girasol: 100 cc

Relleno

Aceite de ajo: c/n
Calabaza: 40 grs
Cebolla de verdeo: 20 grs
Mijo cocido: 300 grs
Perejil: c/n
Repollo blanco: 40 grs
Sal Marina: c/n
Tofu semiduro: 60 grs
Aceitunas negras: 60 grs
Cebolla: 50 grs
Curry: c/n
Morrón Rojo: 40 grs
Repollo blanco: 40 grs
Repollo colorado: 40 grs
Aceite De Oliva: c/n
Zanahoria: 20 grs

Preparación de la Receta

Masa

- En un bol mezclar leche de almendras, aceite de girasol, sal marina, huevos y agregar tamizando de a poco *harina* integral.
- Dejar reposar por 30 minutos.

Relleno

- Rehogar en *cacerola* con aceite de oliva *cebolla*, *calabaza*, *zanahoria*, *cebolla* de verdeo, *repollo* colorado y blanco y *morrón* rojo (todo picado).
- *Condimentar* con sal.
- Cocinar por unos minutos, agregar mijo *cocido*, mezclar y *condimentar* con *curry*, *perejil* picado y aceite de *ajo*.
- Retirar del fuego y reservar.

Crepes

- En una sartén de teflón caliente cocinar las crepes con una base de aceite y dar vuelta cuando comienza a coagular la parte superior.
- Reservar.

Armado

- Rellenar cada *crepe* con el relleno reservado y doblar en mitades.
- Colocar en fuente de horno aceitada, añadir salsa de *tomate* por encima, queso pategras rallado y llevar a horno a 180 °C por 20 minutos hasta *gratinar*.
- Servir con gajos de *palta*, hierbas y *mayonesa* vegana de *chile*.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/crepes-de-mijo