

## Desayuno

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Budín de espinacas

**Leche:** 250 cc

**Huevos:** 4 Unidades

**Sal y Pimienta:** A gusto

**Mantequilla:** 80 grs.

**Aceite De Oliva:** 3 cdas.

**Queso Parmesano Rallado:** 250 g

**Espinacas:** 1 k

**Tocineta Ahumada:** 8 Fetas

### Crepes de frutas

**Leche:** 250 cc

**Frutillas:** 10 Unidades

**Azucar:** 90 grs.

**Bananas:** 2 Unidades

**Kiwis:** 4 Unidades

**Mantequilla fundida:** 25 g

**Manteca:** 40 g

**Aceite Vegetal:** Cantidad necesaria

**Harina:** 125 grs.

**Huevos:** 3 Unidades

**Anana:** 90 Unidad

## Preparación de la Receta

### Budín de espinacas

- En una sartén caliente con aceite de oliva y *mantequilla* saltee a fuego máximo las hojas de *espinaca*, sazone con sal y pimienta, cuando estén tiernas incorpore la leche y espolvoree con queso parmesano rallado, mezcle y una vez que reduzca el líquido retire del fuego.
- Coloque en cazuelas la mitad de *espinaca*, luego realice en un hueco en el centro, acomode una feta de *tocineta* y coloque un *huevo*, cubra nuevamente con *espinaca* y espolvoree con abundante queso rallado.
- Cocine en horno precalentado a fuego máximo hasta que el queso se gratine.

## Crepes de frutas

- En un bowl coloque los huevos, mezcle solo hasta romper el ligue, incorpore luego la mitad de leche y la *harina*, mezcle, agregue 40 gramos de azúcar y *mantequilla* derretida, mezcle y añada el resto de leche, mezcle nuevamente hasta lograr una masa homogénea.
- Pele las bananas y córtelas en rodajas.
- Pele el *ananá* y córtelo en cubitos.
- Corte las frutillas en cuartos.
- Pele los kiwis y córtelos en finas medias rodajas.

## Armado

- En una sartén de teflón caliente con una pizca de *mantequilla* cocine las crepes, tome una medida de la masa con un cucharón y vuélquelo en la sartén, cuando los bordes comiencen a dorarse de vuelta la *crepe*, proceda del mismo modo con el resto de masa agregando *mantequilla*.
- En una sartén caliente con una pizca de aceite vegetal y *mantequilla* saltee las frutas, espolvoree con 50 gramos de azúcar, saltee hasta que todas las frutas se caramelicen. Terminada la cocción retire del fuego y deje enfriar.
- Acomode en el centro de una *crepe* una porción de fruta caramelizada y luego cierre los bordes.

## Presentación

- En el plato de presentación sirve una *crepe* con fruta caramelizada y una cazuela de espinacas caliente. Acompañe con tostadas.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/desayuno>