

# Pequeñas crepas de hierbas rellenas de pollo

Tiempo de preparación: 30 Min



## Ingredientes

### Crepes

**Huevos:** 3 Unidades

**Hierbas secas mixtas:** Cantidad necesaria

**Aceite de oliva en aerosol:** Cantidad necesaria

**Sal:** 1 Una pizca

**Leche descremada:** Cantidad necesaria

**Harina:** 1 Taza

### Relleno

**Pimiento rojo:** 1 Unidad

**Pepino:** 1 Unidad

**Pechuga de pollo cocida:** 1 Unidad

**Pimiento amarillo:** 1 Unidad

**Apio:** 2 Ramas

### Salsa Agridulce

**Miel:** 30 cc

**Salsa de soja:** 30 cc

**Jugo de Limón:** 1 Unidad

**Peperoncini:** 1 Unidades

**Jengibre raíz:** 1/4 Unidad

**Vinagre de Arroz:** 30 cc

### Varios

**Sal de sésamo:** Cantidad necesaria

## Preparación de la Receta

- En un procesador coloque la *harina*, la leche, los huevos, las hierbas y una pizca de sal.

- Procese hasta lograr una textura suave y homogénea.
- Deje descansar en la heladera por 30 minutos.
- En una sartén caliente, rociada con aceite de oliva cocine los crepes de ambos lados.
- Con la ayuda de un aro, corte los crepes y reserve.

## Relleno

- Desmenuce la carne de **pollo**.
- Corte el *apio* en juliana.
- Corte los pimientos al medio, retire las semillas y la parte blanca y corte en juliana.
- Pele y corte el pepino en juliana

## Armado

- Rellene cada crepes con vegetales y carne de *pollo*.
- Doble al medio.

## Salsa

- Pele el *jengibre* y corte en trozos
- Pique el peperonchino.
- En un bowl coloque la miel, el *vinagre de arroz*, la salsa de soja, el *jugo de limón*, el *jengibre* y el peperonchino.
- Mezcle y reserve.

## Presentación

- Sirva los crepes, espolvoree con sal de *sésamo* y pimienta.
- Acompañe con la salsa.

Consulta la receta original en  
<https://elgourmet.com/recetas/pequenas-crepas-de-hierbas-rellenas-de-pollo>