

Crêpes farcies au jambon, champignons de Paris, épinards, emmenthal et sauce béchamel au paprika fumé - Version Atelier Virtuel

Recette pour 2

Description

Une recette classique revisitée qui amènera du bonheur dans votre cuisine.

L'astuce du chef

Vous pouvez préparer votre appareil à crêpe la veille et la garder au frigo avec une pellicule plastique toute la nuit sans problème !

Ingrédients

Crêpe

- 125 Ml Lait
- 50 Gr Farine
- 1 Unité(s) Oeuf
- 1 Cuil. à soupe Beurre fondu
- 1 Pincée(s) Sel

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Garniture

- 6 Tranche(s) fine(s) Jambon blanc
- 10 Unité(s) Champignons de paris
- 1 Poignée(s) Épinards
- 1 Tasse(s) Fromage râpé suisse
- 1 Gousse(s) Ail
- 1 Cuil. à soupe Persil haché

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Sauce Béchamel

- 375 Ml Lait
- 35 Gr Farine
- 35 Gr Beurre
- 1 Cuil. à soupe Paprika fumé

- Beurre
- Sel et poivre
- Huile végétale

Préparation

- Temps de préparation **40 mins**
- Préchauffez votre **four** à **375 F°**

À préparer avant le cours

Sortez tous vos ingrédients du frigo et pesez tous vos ingrédients. Assurez-vous d'avoir du sel, poivre et huile végétale.

Vous aurez besoin de :

2 culs de poule, 1 poêle anti-adhésive, 1 poêle en stainless, une petite casserole, 2 assiettes plates, un fouet, une louche et une paire de pince.

Crêpe

Dans un cul de poule, mélangez à l'aide d'un fouet l'oeuf, le beurre fondu et le lait tiédi. Continuez en incorporant la farine en la tamisant, mélangez à nouveau jusqu'à consistance lisse. Ajoutez finalement votre petite pincée de sel. Laissez votre appareil se reposer 30 minutes sur le comptoir ou au frigo.

Ensuite dans une poêle anti-adhésive, versez un filet d'huile végétale et une noix de beurre et laissez fondre sur un feu moyen élevé. Quand la chaleur désirée sera atteinte, versez un peu de votre appareil à crêpe dans votre poêle à l'aide d'une louche et tournez la poêle avec votre poignet pour bien couvrir le fond de celle-ci. On ne recherche à faire une crêpe fine. Après environ deux minutes du premier côté, tournez votre crêpe pour cuire l'autre côté et ensuite réservez celles-ci sur une assiette plate.

Garnitures

Coupez vos champignons en fines tranches.

Chauffez votre poêle en stainless avec une chaleur élevée (7-8), ajoutez-y ensuite un filet d'huile végétale et une petite noix de beurre. Quand le beurre commence à brunir, ajoutez les champignons et les laissez cuire d'un côté pour au moins une minute sans les toucher, pour leur donner une belle coloration. Une fois cette coloration atteinte, commencez à les sauter, ajouter votre ail haché et continuez à cuire pour 1 minute encore. Hors feu, ajoutez les épinards et le persil haché, salez et poivrez.

Sauce Béchamel

Faites fondre votre quantité de beurre dans votre petite casserole, ajoutez-y ensuite votre farine et mélangez en cuisant en fouettant à feu moyen, cuire le mélange pour 1 minute. (Ce qui cuiera la farine et nous donnera une belle sauce épaisse et onctueuse. Cette opération s'appelle faire un ``roux``.) Ensuite, ajoutez votre lait et paprika fumé, augmentez la chaleur un peu et portez à ébullition tout en fouettant constamment. Quand votre béchamel est assez épaisse, après quelques minutes, retirez la de la chaleur et assaisonnez de sel et poivre. N'oubliez pas de goûter !

Finitions

Posez votre crêpe sur une assiette qui va au four et la remplir seulement d'un côté en commençant par vos tranches de jambon, ensuite votre sauté de champignons, votre fromage et un peu de béchamel. Fermez ensuite votre crêpe en la roulant ou en la pliant en deux. Garnissez ensuite de quelques bonnes cuillères de votre béchamel et envoyez au four à 375F pour 7 minutes.

Bon appétit !

Bon appétit!