



PAÑUELOS DE CREPS CON ESPINACAS A LA CREMA

Ingredientes

- 3 Tazas de leche
- 2 a 2 ½ Tazas de harina
- 3 Huevos
- Sal y pimienta a gusto
- 3 Cucharadas de aceite
- 2 Cebollas cortadas en cuadritos
- 250 g Espinaca congelada o fresca cortada en tiritas
- 1 Paquete de cebollín cortado finamente (3 unidades)
- 200 g Queso gauda cortado en cuadritos
- 1 Cucharada de maicena
- 1 Tarro grande de crema NESTLÉ® 236 g

Preparación

1.- Para los panqueques junta en un bowl o en el jarro de una juguera la leche con la harina, los huevos, 2 cucharadas de aceite y una pizca de sal y pimienta a gusto. Bate hasta integrar bien los ingredientes y conseguir una mezcla de textura levemente espesa.

2.- Luego, calienta una sartén de 24 a 26 cm de diámetro idealmente de teflón, agrega unas gotas de aceite y espárcela por todos lados. Vierte ¾ parte de un cucharón cocinero sobre la sartén y remueve con la ayuda del mango de la sartén para distribuir la mezcla por todos lados. Cocina unos segundos hasta dorar los bordes y despegarlos fácilmente. Voltéalo y cocina nuevamente por el otro lado. Repite el procedimiento hasta acabar con toda la mezcla.

3.- Una vez que termines, en la misma sartén caliente agrega 1 cucharada de aceite, agrega la cebolla con el cebollín, saltea durante 2 minutos revolviendo seguidamente hasta ablandar los vegetales. Luego, agrega la espinaca y continúa salteando, agrega el queso y espera a que se derrita. De inmediato, agrega la maicena disuelta



Dificultad:
Media



Porciones:
10



Tiempo:
40 minutos

Información Nutricional

Energía:	274 Kcal
Proteínas:	11.8 g
Grasa Total:	18.3 g
Colesterol:	152 mg
H. de Carbono:	15.6 g
Fibra Dietética:	1,3 g
Sodio:	263 mg

en un poco de agua fría para espesar todos los jugos de la preparación, retira del fuego y agrega la crema NESTLÉ® y remueve hasta integrar completamente.

4.- Rellena cada uno de los panqueques con el relleno recién preparado y dobla en forma de pañuelo doblando hacia dentro dos veces como indica la preparación. Si quieres darle más temperatura, los puedes poner un rato al horno y los sirves de inmediato.

