

Crêpes légères aux champignons

Ingrédients pour 6 personnes :

pâte : 250 gr de farine, 50 cl de lait, 3 œufs, sel, 2 c à s d'huile

farce : 2 échalotes, 8 gros champignons de Paris, 20 gr de beurre, 20 gr de farine, sel, poivre, muscade, 50 cl de lait, 120 gr de gruyère râpé

Dans un saladier, casser les œufs, ajouter une pincée de sel et la farine, mélanger en ajoutant le lait petit à petit pour ne pas faire de grumeaux. Ajouter l'huile et verser une louche de pâte dans une poêle chaude, laisser cuire 1 minute de chaque côté. Réserver dans une assiette et recommencer jusqu'à épuisement de la pâte.

Éplucher les échalotes et les couper en petits dés. Laver et couper également les champignons en petits dés. Dans une poêle avec un peu d'huile, faire revenir les échalotes et les champignons pendant 5 à 10 minutes. Préparer la béchamel en faisant fondre le beurre à feu très doux, ajouter la farine tamisée et laisser cuire doucement sans faire colorer sans cesser de remuer, ajouter sel, poivre et muscade, verser le lait et laisser cuire à feu doux pendant 15 minutes, ajouter alors le gruyère râpé. Mélanger 1/3 de la béchamel aux champignons. Préchauffer le four à 180°C. Reprendre les crêpes mises de côté et déposer 2 c à s de farce aux champignons au milieu. Rouler la crêpe sur elle-même et repliant les bords. Mettre un peu de béchamel dans un plat allant au four, poser les crêpes roulées dessus et les napper avec le reste de béchamel. Faire cuire à four chaud pendant 10 minutes.