

## CREPES AUX FRUITS DE MER



### Ingrédients :

- *pour la pâte à crêpes :*
- 60 g de beurre
- 250 g de farine
- 500 g de lait 1/2 écrémé
- 3 œufs
- 1 pincée de sel
  
- *pour la farce :*
- 150 g de moules
- 150 g de champignons
- 120 g de miettes de crabe égouttées
- 30 g de gruyère râpé
  
- *pour la sauce :*
- 250 g de court bouillon
- 50 g de crème
- 25 g de beurre
- 25 g de farine
- 1 c à c de curry
- 1 c à c de safran

### Préparation:

- préparer les crêpes :
- mettre le beurre coupé en morceaux dans le bol et programmer 4 minutes à 60° vitesse 1
- ajouter tous les autres ingrédients dans le bol et mixer 20 secondes à vitesse 5
- laisser reposer 1/2 heure avant de cuire dans une poêle antiadhésive
- préchauffer le four à 180°
- préparer la sauce :
- mettre tous les ingrédients dans le bol puis régler 7 minutes à 90°, vitesse 4
- à l'arrêt de la minuterie, ajouter les moules, les champignons, les miettes de crabe et mélanger quelques secondes à vitesse 2 en sens inverse
- fourrer les crêpes de ce mélange
- plier les crêpes en 3 dans chaque sens pour avoir un carré
  
- ranger les crêpes dans un plat beurré, saupoudrer de gruyère et faire chauffer 10 minutes à 180°

THERMOMINOUX 2014

<http://thermominoux.over-blog.com>