Crêpes à l'émincé de poitrine de poulet

Viande Suisse
Mon choix.

Durée totale: 55 min
Temps actif: 55 min
Facile



Ingrédients

Pour 4 personnes

Pour l'émincé

700 g poitrine de poulet suisse
2 échalotes
80 g beurre
400 g mélange de petits pois-carottes (surgelé)
4 dl crème
sel
jus de citron

Pour les crêpes

150 g farine blanche
4 œufs
280 ml lait
2 pincées sel
120 g beurre

Valeurs nutritives

1 portion contient env.:

1210 kcal
63 g de protéines
45 g de glucides
87 g de lipides

Contient du gluten
Contient du lactose

Préparation

1. Mélanger soigneusement les ingrédients pour la pâte à crêpes et laisser reposer 10 minutes. Confectionner ensuite des crêpes de même épaisseur dans le beurre. Réserver au chaud.

2. Peler l'échalote et la couper en fines lamelles. Couper la poitrine de poulet en fines lanières et saisir à la poêle dans le beurre. Ajouter les échalotes et faire cuire à feu moyen pendant 3-4 minutes. Ajouter les légumes et faire suer quelques instants. Verser la crème et laisser mijoter jusqu'à ce que le mélange soit crémeux. Assaisonner selon son goût avec du sel et du jus de citron.

3. Déposer les crêpes sur les assiettes. Répartir l'émincé et les replier.

Viande Suisse

Mon choix.

Sur viandesuisse.ch, tu découvriras des tutoriels pour préparer la viande à la perfection, des conseils, du savoir-faire culinaire, des stories et bien plus.

Suisse. Naturellement.

SUISSE GARANTIE