

MENÚ 6

sopar

Temps d'elaboració: 30 min.

Cost aproximat: 4,15 euros /
2 persones

Plats:

Amanida d'arròs
amb fruits del mar

Crep de xocolata

Creps de xocolata

Ingredients per a 2 persones

- 3 cullerades soperes de farina de blat (60 g)
- 1 ou fresc
- 1 nou de mantega (10 g)
- 1/2 got de llet (100 ml)
- 5 cullerades soperes de crema de xocolata
i avellanes (125 g)
- sucre



Estris necessaris

bol



tritador



paella



cullera
forquilla



Creps de xocolata

Elaboració

- 1 Poseu la farina, l'ou, el sucre i la llet al bol.
- 2 Bateu-ho tot fins que aconsegiu una pasta fina.
- 3 Unteu una paella amb mantega i poseu-la a mig foc. Quan la mantega estigui desfeta, afegiu-hi una capa fina de pasta fins que la paella quedi coberta.
- 4 Quan qualli per un costat doneu-li la volta amb ajuda d'una forquilla (no tarda més de 3 minuts). Repetiu l'operació fins que acabeu la pasta.
- 5 Farciu la crep amb una bona cullerada de crema de xocolata i avellanes tan bon punt surti de la paella.

!!! Idees

Presentació: Podeu fer un triangle dins una paperina o bé en un plat amb uns talls de fruita com ara, maduixes o kiwis al costat, per donar-hi color.

Consell pràctic: Podeu fer creps dolces o salades. Només cal afegir sucre o sal a la pasta fina com a ingredient final.

