Crêpes farcies d’avocats, de poivrons rôtis et de feta



4 portions

Ingrédients

Crêpes

4 œufs battus
375 ml (1½ tasse) de lait
60 ml (4 c. à soupe) de beurre fondu
250 ml (1 tasse) de farine tout-usage
Une pincée de sel

Vinaigrette

125 ml (½ tasse) de yogourt
Le jus d’un ¼ de citron
Sel et poivre, au goût

Garniture

500 ml (2 tasses) de bébés épinards, lavés
½ oignon rouge, coupé en fines rondelles
2 poivrons rôtis (maison ou du commerce), coupés en rondelles
125 ml (½ tasse) de fromage feta, émietté
2 avocats, pelés, sans noyaux, coupés en lanières
Ciboulette ciselée, pour garnir (facultative)

Préparation

1. Dans un bol et à l’aide d’un fouet, battre les œufs avec le lait et le beurre fondu.

Crêpes farcies d’avocats, de poivrons rôtis et de feta

2. Dans un grand bol, mélanger la farine avec le sel.
3. Ajouter les ingrédients liquides aux ingrédients secs en brassant, et fouetter le mélange jusqu’à l’obtention d’une texture homogène.
4. Dans un poêlon à feu moyen, faire cuire environ 80 ml (⅓ de tasse) du mélange, dans une noix de beurre, pendant environ 90 secondes de chaque côté. Réserver.
5. Dans un bol, mélanger les ingrédients de la vinaigrette.
6. Garnir chaque crêpe d’épinards, de rondelles d’oignon, de poivrons rôtis, de feta émietté et de lanières d’avocats. Les refermer, les arroser de vinaigrette et les parsemer de ciboulette.