

Crêpe Coréenne, Chijimi, accompagnée d'une salade verte zestes de citron |

Recette pour 4 personnes

Description

Sous une forme de crêpe épaisse, nourrissante, plein de légumes. Accompagné d'une salade, vinaigrette, zestes de citron

L'astuce du chef

Si vous n'avez pas de crevettes séchées, remplacez-les par de petites crevettes nordiques.

Ingrédients

Pâte à crêpe

- 100 Gr Farine
- 0.50 Cuil. à thé Sel
- 1 Unité(s) Oeuf
- 125 Ml Eau
- 1 Cuil. à soupe Huile de sésame grillé

Garnitures

- 25 Gr Pousse d'ail
- 100 Gr Carotte
- 100 Gr Oignon
- 4 Cuil. à soupe Petites crevettes séchées (sakura-ebi)
- 2 Cuil. à soupe Graines de sésame

Sauce

- 1 Cuil. à soupe Huile de sésame grillé
- 2 Cuil. à soupe Sauce soya
- 1 Cuil. à soupe Jus de citron
- 1 Cuil. à soupe Sucre

Salade

- 0.50 Unité(s) Salade romaine
- 1 Cuil. à thé Moutarde de dijon
- 1 Cuil. à thé Vinaigre de vin rouge
- 1 Cuil. à soupe Graines de sésame
- 1 Cuil. à thé Huile de sésame grillé
- 1 Cuil. à thé Zeste(s) de citron
- 25 Ml Huile végétale

Préparation

- Temps de préparation **45 mins**

Mise en place

Épluchez l'oignon et les carottes.

Émincez l'oignon et coupez les carottes en julienne (mince bâtonnets).

Coupez les pousses d'ail en tronçons de 3 cm.

Mélangez tous les ingrédients de la sauce dans un bol, ajoutez-y les légumes, laissez macérer.

Pélevez les zestes du citron (salade) et le jus (sauce)

Pâte à crêpe

Dans un bol, versez la farine, avec le bout des doigts, réaliser un puit au centre de la farine.

Versez dans le puit, tous les ingrédients entrant dans la composition de la pâte à crêpe. À l'aide d'un fouet, mélangez au centre du puit, en réalisant un mouvement circulaire de plus en plus large. Cela permettra un mélange homogène et sans grumeaux. Laissez reposer la pâte quelques minutes sur la table.

Garnitures

Égouttez les légumes en macération, les plonger dans la pâte à crêpe. Bien mélanger pour qu'ils soient tous bien enrobés.

Cuisson

Dans une poêle chaude avec de l'huile végétale, versez la pâte à crêpe et les légumes. Assurez-vous qu'elle remplisse bien le fond de la poêle sur un demi-centimètre d'épaisseur.

Une fois une belle coloration, retournez la crêpe sur elle même, pour cuire la deuxième faces. Laissez cuire environ 3 à 5 minutes.

Une fois les deux côtés joliment dorés, la débarasser sur une assiette au diamètre de la poêle. Coupez-la en pointe pour la servir.

Montage et salade

Déposez votre crêpe Chijimi dans une assiette, servez la sauce à part.

La salade

Mélangez tous les ingrédients de la vinaigrette ensemble, mélangez délicatement avec la salade Romaine,

Le tout, au moment de servir.

Bon appétit!