



VEGETARISK

# Crêpes med champinjonstuvning

Kock: **Per Morberg** Tid: **60 min** Portioner: **4**



När pannkakor krånglas till kallas de crêpes och tarvar andra drycker än mjölk. Man kan gott stänka i en skvätt vitt vin i stuvningen också.

Du kan även göra stuvningen med räkor och dill - se sista steget i gör-så-här.



## INGREDIENSER

### Crêpes, ca 12 st

2.5 dl vetemjöl  
0.5 tsk salt  
6 dl mjölk  
3 st ägg  
0.5 dl kolsyrat mineralvatten  
3 msk smör till stekning  
2 dl lagrad riven ost

### Champinjonstuvning

1 st gul lök  
300 g färska champinjoner  
2 msk smör  
1 msk vetemjöl  
1 dl vispgrädde  
1 dl mjölk  
salt och peppar

## GÖR SÅ HÄR

- 1** Värm ugnen till 250 grader.  
Blanda mjöl och salt i en bunke. Häll i hälften av mjölken och vispa till en slät smet. Tillsätt resten av mjölken och vispa ner äggen. Låt gärna smeten stå och svälla i ca 30 minuter.
- 2** Häll mineralvattnet i smeten strax före stekningen och rör om. Hetta upp smör i en pannkakslagg eller stekpanna, häll i ett tunt lager smet och stek crêpesen gyllenbruna på båda sidor. Ställ åt sidan så länge.
- 3** Skala och hacka löken till stuvningen. Skär champinjonerna i klyftor. Fräs lök och svamp i smör så att det blir glansigt. Pudra över mjölet och tillsätt grädde och mjölk. Låt koka i minst 5 minuter under omrörning. Smaka av med salt och peppar.
- 4** Lägg en klick stuvning på varje crêpe. Vik in kortsidorna och rulla ihop dem. Lägg crêpesen i en smord ugnform och strö över osten. Gratinera i övre delen av ugnen i 10-15 minuter. Servera med grönsallad.
- 5** Alternativ: räkstuvning  
Skala och hacka 200 g räkor grovt. Skala och finhacka 1 liten gul lök. Fräs den mjuk i 2 msk smör i en kastrull. Pudra över 1 msk vetemjöl, rör om och späd med 1 dl vispgrädde och 1 dl mjölk till en slät smet. Låt koka på svag värme i cirka 5 minuter under omrörning. Smaka av med salt, cayennepeppar och citronsaft. Rör ner räkorna och ½ dl hackad dill.