



## CREPAS DE FLOR DE CALABAZA Y REQUESÓN EN SALSA POBLANA

### Ingredientes:

- 2  $\frac{1}{4}$  tazas de harina de trigo (400 gr)
- 3 huevos
- 3 tazas de leche (750ml)
- $\frac{1}{2}$  cucharadita de sal

### Para el relleno:

- 3 cucharadas de aceite
- $\frac{1}{2}$  cebolla, picada
- 3 manojos de flor de calabaza
- 200 g de requesón, desmoronado
- 3 cucharadas de hojas de epazote, picadas
- Sal y pimienta, al gusto

### Para la salsa:

- 2 cucharadas de aceite
- $\frac{1}{4}$  de pieza de cebolla
- 1 diente de ajo
- 2 tazas de rajas de chile poblano (500g)
- 2 tazas de crema (500 ml)
- Sal y pimienta, al gusto

### Procedimiento:

1. Para las crepas, licúa la harina de trigo con los huevos, la leche y la sal reserva. En una sartén caliente un poco de mantequilla y vierte un cucharón de la pasta, dale forma de crepa, procurando que no queden muy gruesas, y cuécelas por ambos lados. Repite el procedimiento hasta terminar con la pasta y reserva tapando con papel aluminio.
2. Para el relleno, calienta el aceite, fríe la cebolla, agrega la flor de calabaza y cocina unos minutos, agrega el requesón, el epazote y sazona al gusto. Reserva.
3. Para la salsa, calienta el aceite y fríe la cebolla con el ajo y las rajas de chile poblano. Licúa con la crema y sazona al gusto regresa al fuego y deja cocinar hasta que espese

---

ligeramente.

4. Para servir, rellena las crepas con la flor de calabaza, baña con la salsa poblana y ofrece.

**Tiempo de preparación:**

35 minutos

**Grado de dificultad:**

Medio

**Porciones:**

12