

Crêpes moelleuses de maïs à l'avocat

Pour 4 personnes

- 50 g de polenta (semoule de maïs)
- 60 g de farine T65
- 1 pincée de sel
- 250 ml de lait ribot (lait fermenté)
- 2 œufs
- 30 g de beurre fondu

--> Mélanger la farine, la semoule et le sel puis ajouter la moitié du lait ribot en fouettant pour éviter les grumeaux. Incorporer les œufs, puis le reste de lait ribot et le beurre fondu.

Laisser reposer une heure puis faire cuire les crêpes.

Pour la garniture: Guacamole version "Maya"

- 2 avocats
- 1 cuillère à soupe de jus de citron
- 2 cuillères à soupe de fromage blanc
- 1 belle cuillère à café de cumin, et de paprika
- du sel (au goût)
- Tabasco (idem)

--> Ecraser le tout et laisser reposer 1/2 heure au frais



Bon appétit !!

