



Crepes de marisco

Publicada por:

[imprimir](#)

- 20 '
- 45 '
- 4
- 
- 



Comentario nutricional

Frente a problemas de colesterol, el marisco más indicado es la cola de gamba y de langostino así como la carne de sepia por su menor contenido en colesterol.

Modo express

1. Bata bien todos los ingredientes de la masa.
2. Programe el menú Freír/Sofreír 20 minutos a 180º, engrase la cubeta con un papel untado con aceite y cueza las crepes. Reserve.
3. Corte el pescado, los langostinos y la carne de mejillón en dados de 1x1 centímetro. Pique la cebolla y el ajo.
4. Meta en la cubeta los ingredientes del relleno, cierre la tapa y programe el menú Freír/Sofreír 8 minutos a 180º.

5. Rellene las crepes. Ponga un papel de horno en la cubeta y caliéntelas con el menú Horno 10 minutos a 180°.
6. Sirva acompañado de mayonesa, bechamel o salsa de tomate.