



Crêpes à la Farina bóna farcies aux épinards et à la ricotta

Recette de Antonio Mazzoleni, Grotto dell'Ortiga, Manno (TI)

Ingrédients (pour 6 crêpes)

- 50 g de Farina bóna 
- 30 g de farine blanche
- 20 g de beurre fondu
- 2 dl de lait
- 2 œufs de poules élevées en liberté
- 1 c. à c. rase de sel

Pour la farce

- 500 g de ricotta
- 250 g d'épinards
- 1/2 oignon coupé en cubes
- 1 jaune d'œuf de poule élevée en liberté
- 50 g de Sbrinz d'alpage  fraîchement râpé
- sel
- noix de muscade

Pour la béchamel

- 1/2 l de lait
- 40 g de beurre
- 40 g de farine blanche
- sel





Slow Food®

Alliance des Chefs

Préparation

1. Dans un bol, mélanger bien les farines et les œufs à l'aide d'un fouet. Ajouter petit à petit le lait, le beurre fondu (encore chaud) et le sel (goûter et ajouter du sel si nécessaire).
2. Préparer des crêpes fines : verser une petite quantité de pâte à la fois dans une poêle antiadhésive et faire cuire rapidement des deux côtés.
3. Pour la farce, faire revenir les oignons et ajouter les épinards. Les faire revenir à feu modéré. Saler. Incorporer la ricotta, le Sbrinz d'alpage et le jaune d'œuf. Ajouter un peu de noix de muscade râpée.
4. Pour la sauce béchamel, faire bouillir le lait. Faire fondre le beurre dans une casserole et ajouter la farine, en mélangeant bien avec un fouet. Verser le lait chaud en remuant constamment, saler et poursuivre la cuisson pendant 5 minutes.
5. Finition : déposer la farce sur les crêpes puis les plier en quatre. Placer les crêpes farcies dans un moule beurré, les recouvrir de la béchamel, saupoudrer de Sbrinz et faire cuire au four à 180° pendant 15-20 minutes.

