




Slow Food®

Alleanza dei Cuochi


Crespelle di magro alla Farina bóna

Ricetta di Antonio Mazzoleni, Grotto dell'Ortiga, Manno (TI)

Ingredienti (per 6 crespelle)

- 50 gr. farina bóna 
- 30 gr. farina bianca
- 20 gr. burro fatto sciogliere in casseruola
- 2 dl latte
- 2 uova intere di gallina ruspante
- 1 cucchiaino raso da caffè di sale

Per il ripieno

- 500 gr. di ricotta
- 250 gr. di spinaci tritati
- 1/2 cipolla tagliata a dadini
- 1 rosso d'uovo da gallina ruspante
- 50 gr. di Sbrinz d'alpeggio  grattugiato
- sale quanto basta
- noce moscata

Per la besciamella

- 1/2 l di latte
- 40 gr. di burro
- 40 gr. di farina bianca
- sale quanto basta





Slow Food®

Alleanza dei Cuochi

Preparazione

1. In una ciotola mescolare bene alla frusta la farina con le uova. Aggiungere poco alla volta sempre mescolando il latte, il burro fuso ancora tiepido e il sale (assaggiare e aggiustare di sale se necessario).

2. Formare delle crêpes sottili facendo cuocere velocemente poco impasto alla volta da tutt'e due le parti in una padella antiaderente.

3. Per il ripieno, far dorare le cipolle e aggiungere gli spinaci. Soffriggere a fuoco moderato fino a cottura salando quanto basta. Amalgamare con la ricotta, lo Sbrinz e il rosso d'uovo. Aggiungere una grattatina di noce moscata.

4. Per la besciamella, far bollire il latte. Sciogliere il burro in casseruola e aggiungere la farina amalgamando bene con la frusta. Aggiungere il latte ancora caldo sempre mescolando, salare e far cuocere per 5 minuti.

5. Finale: Farcire le crêpes con il ripieno, piegarle in 4. In una teglia imburrata adagiarvi le crespelle così ottenute, napparle con la besciamella, spolverarle con lo Sbrinz e mettere in forno a 180° per 15-20 minuti.



I Presidi sono progetti di Slow Food finalizzati alla tutela di piccole aziende artigianali che producono generi alimentari di qualità nel pieno rispetto della tradizione.

Per maggiori informazioni: slowfood.ch / slowfood.com

