



UOVA E FRITTATE

Crepes con scarola e robiola



4 PORZIONI



DIFFICOLTÀ



COSTO



TEMPO DI PREPARAZIONE

25 MIN



TEMPO DI COTTURA

10 MIN



CALORIE

470K

NOTE

30 MINUTI DI RIPOSO

INGREDIENTI

PER LE CREPES

100 g di Farina 0

2 Uova

300 ml di Latte intero

Sale

PER IL RIPIENO

1 cespo di Scarola

160 g di Robiola

60 g di Pecorino romano grattugiato

1 Cipolla bianca

Burro

1 cucchiaio di Olio extravergine di oliva (per stufare)

2 cucchiai di Olio extravergine di oliva (per appassire)

Sale e Pepe

Preparazione

- In una ciotola sbattete le uova con la forchetta, quindi aggiungete, poco alla volta la farina e il latte versato a filo, continuando a sbattere energicamente per evitare la formazione di grumi. Salate e lasciate riposare per circa mezzora.
- Ungete una padellina antiaderente con poco burro e versate un po' di impasto in modo che formi un velo sottile; fate dorare per circa 1 minuto a fiamma moderata, quindi girate sull'altro lato e cuocetela per 1 altro minuto circa. Continuate così fino a esaurire il composto, mescolando sempre perché la farina tende a scendere sul fondo. Man mano che le crêpes saranno pronte impilatele su un piatto.
- Mondate la scarola, lavatela e asciugatela con cura, quindi passatela in una padella nella quale avrete fatto scaldare un filo d'olio, mettete il coperchio e fatela stufare per 4-5 minuti a fiamma bassa; togliete la scarola dalla padella ed eliminate l'acqua di vegetazione che si sarà formata.
- Tritate molto finemente la cipolla e fatela appassire in un fondo d'olio, a fiamma bassa per 4-5 minuti, utilizzando la stessa padella in cui avete cotto la scarola. Appena la cipolla sarà diventata trasparente unite la scarola sminuzzata, condite con un pizzico di sale e pepe e lasciate insaporire per 3-4 minuti. Spegnete e fate intiepidire leggermente.
- In una ciotola mettete la robiola e il pecorino; aggiungete la scarola e mescolate bene.
- Distribuite su ciascuna crêpe un po' del composto preparato, arrotolatele in modo da creare dei rotolini ben chiusi e disponetele in una pirofila leggermente imburrata. Cospargetele con fiocchetti di burro e erba cipollina tritata, ponetele in forno già caldo a 180°C (funzione statica) e lasciatele per circa 10 minuti. Servitele le vostre crêpes ben calde.

Lia Pisano

I consigli di Lia

- Per girare le crêpes esiste un sistema piuttosto veloce e sicuro. Quando vedete che il bordo della crêpe diventa appena dorato, provate a sollevarne una parte: se si alza facilmente, basta che lo prendiate con la punta delle dita o con una spatolina lunga e piatta e voltate subito la crêpe cercando di non romperla.
- L'impasto delle Crepes non deve essere troppo liquido ma nemmeno troppo sodo. L'impasto deve subito espandersi una volta versato nella padella quindi se vi sembra troppo sodo aggiungete del latte.
- Se nel vostro impasto sono presenti dei grumi usate delle fruste elettriche o filtratelo usando un colino per eliminarli.