



Crespelle di grano saraceno farcite con ricotta salata e asparagi

Portata: Piatti unici

Tempo di preparazione: Da 30 a 60 Minuti

Difficolta': Media

Ingredienti per 4 persone:

- 120 farina di grano saraceno*
- 70 Maizena®
- 70 farina di riso*
- 2 uova
- 1/2 latte
- 60 burro
- 250 ricotta salata
- 300 asparagi violetti di Albenga (o verdi)
- 1 erba cipollina
- 1 prezzemolo
- 1 scalogno
- 1 basilico
- 1 olio extravergine di oliva
- sale

Preparazione:

Preparate le crespelle: amalgamate le farine, il latte, le uova e un pizzico di sale, fino a ottenere una pastella piuttosto liquida (se necessario, aggiungete latte). Fate sciogliere 10 g di burro in una padella e fate cuocere le crespelle (ogni 4, ungete la padella). Adagiate quelle pronte in un piatto, inframmezzando con della carta assorbente.

Fate cuocere al vapore tutti gli asparagi per 15-20 minuti. Scolateli, tagliatene a tocchetti la metà e conservate le punte. Lavorate la ricotta salata con l'erba cipollina e il prezzemolo tritati, aggiungete gli asparagi a tocchetti, amalgamate e farcite le crespelle. Disponetele in una teglia da forno con qualche fiocchetto di burro e infornatele a 200 °C per 10 minuti.

Preparate la crema: fate appassire nell'olio lo scalogno e frullatelo con i restanti asparagi cotti, le foglie di basilico e 1 tazzina di acqua. Servite le crespelle calde con la crema di asparagi e le punte cotte e messe da parte.

A cura di Ilaria Maria Dondi

***Quando trovate un asterisco accanto a uno degli ingredienti di una ricetta, dovete verificare la presenza sulla confezione della scritta senza glutine, oppure fare riferimento alla Spiga Barrata o al Prontuario dell'Associazione Italiana Celiachia (celiachia.it) o scaricare la App AIC Mobile per Android, iPhone e Windows).**

**** Per gli ingredienti indicati con due asterischi, il suggerimento ? di scegliere i prodotti erogabili ai celiaci da parte del SSN: il riferimento ? il Registro degli Alimenti dietetici senza glutine del Ministero della Salute (salute.gov.it).**