

CRESELLE AI CARCIOFI

Ingredienti

- farina (40gr)
- aglio
- sale
- 1 limone
- latte (100ml)
- burro (60gr)
- prezzemolo
- 1 uovo
- panna liquida (250ml)
- vino bianco secco (65ml)
- pepe nero
- Cuori di Carciofi Findus (400gr)

Come si prepara

Per ottenere 6/8 crespelle, lavorate in una ciotola la farina e metà del latte, mescolando bene con una frusta.

Quando la farina ha assorbito tutto il latte e il composto risulterà piuttosto liscio, unite l'uovo e continuate a sbattere con la frusta per sciogliere eventuali grumi.

Solo allora unite il resto del latte, continuando a sbattere fino a quando il composto risulta amalgamato, quindi aggiungete un pizzico di sale, coprite la ciotola e lasciate riposare per un'ora.

Fate sciogliere in un tegame 50 gr di burro e fatevi rosolare uno spicchio d'aglio.

Eliminate l'aglio e mettete nel tegame i cuori di carciofi, tagliati a fettine sottilissime, e fateli rosolare.

Spruzzate i carciofi con il vino bianco, salate, pepate e lasciate cuocere a fiamma moderata per circa 20 minuti.

Aggiungete la panna e lasciate cuocere fino a quando non si sarà un po' addensata.

A questo punto cuocete le crespelle a cui avrete aggiunto 10 gr di burro fatto fondere a fuoco



basso nella padella di cottura, in questo modo non sarà necessario ungerla nuovamente.

Fate scaldare la padella e versatevi al centro un mestolino del composto, inclinando la padella e facendola roteare immediatamente in tutti i sensi, in modo tale che il composto si distribuisca uniformemente sul fondo senza salire però sui lati.

Lasciate cuocere la crespella su un lato, fin quando i bordi cominceranno a staccarsi e ad arricciarsi, quindi giratela sull'altro lato (generalmente sono sufficienti 10 - 15 secondi per ogni lato). Riempite le crespelle con il composto di carciofi e servitele calde.

Difficoltà: 2

Tempo: 90

Gradimento: 4

Tabella nutrizionale

Valore energetico	149 kcal 624 kJ
-------------------	--------------------

Tags

bambini, light, surgelati, vegetariana, piatti unici, Crepes, primi, Crespelle ai carciofi, crema di carciofi

