

Erbazzone

Preparazione salata da 10 blocchi



Ingredienti:

Pasta

- gr. 90 farina lupini (3mbP – 4mbC – 2mbG)
- gr. 52 farina integrale di frumento (3e1/2mbC)
- gr. 3 olio extra-vergine d'oliva (1mbG)
- gr. 95 Linessa spalmabile (1e1/2mbP)
- gr. 125 acqua
- 1 cucchiaino raso sale

Ripieno

- gr. 465 spinaci (1e1/2mbC)
- gr. 175 porro (1mbC)
- n. 1 spicchio aglio
- gr. 75 prosciutto crudo sgrassato (3mbP - 1e1/2mbG)
- gr. 9 olio extra-vergine d'oliva (3mbG)
- n. 2 cucchiai vino bianco secco (n.c.)
- gr. 30 parmigiano grattugiato (1e1/2mbP - 1e1/2mbG)
- n. 1 uovo intero (1mbP – 1mbG)
- sale q.b.
- pepe q.b.
- prezzemolo tritato q.b.

Preparazione:

Cuocere gli spinaci in acqua salata.

In una ciotola stemperare il formaggio Linessa con le farine, l'olio, il sale. Aggiungere un po' alla volta l'acqua ed impastare con le mani; farne una palla, avvolgerla nella pellicola e mettere in frigorifero per 30 minuti.

Scolare gli spinaci, strizzarli bene e tagliarli finemente.

Fare un trito con il porro, l'aglio ed il prosciutto crudo e metterlo, con l'olio a disposizione, in

una padella antiaderente; fare appassire per 2 minuti, mescolando in continuazione; bagnare con il vino e lasciare asciugare; aggiungere gli spinaci ed amalgamare bene; fare insaporire per 4/5 minuti a fuoco basso. Fuori dal fuoco, aggiungere il prezzemolo e l'uovo sbattuto con il parmigiano. Aggiustare di sale e pepe.

Usare uno stampo per crostate del diametro di circa 24 cm., possibilmente al silicone. Con la pasta ricavare due dischi, uno maggiore dell'altro per la base. La lavorazione viene facilitata mettendo la pasta fra due fogli di carta da forno e tirandola con il mattarello.

Sistemare la base di pasta nello stampo, bucarla con una forchetta e ricoprirla con il ripieno preparato. Coprire con l'altro disco, bucarlo con la forchetta e sigillare i bordi.

Mettere in forno preriscaldato a 160° per circa 30/35 minuti fino a doratura.

Consumare caldo o tiepido.

Note:

Gli spinaci possono essere sostituiti con gr. 480 di bietta. Si possono usare anche prodotti surgelati controllandone i valori.

Il porro può essere sostituito con gr. 160 di cipolla.

Adatto come spuntino. Tagliato a quadretti, può rappresentare un ottimo antipasto anche in caso di ospiti.

Immagine:



71,74 KB