

Crepê di riso nero e fave con spinaci e crema di anacardi



Descrizione

La crepê salata si compone di una miscela di farine e sapori molto variegati. Le note terrose della farina di fave sono ammorbidite e ingentilite dalla dolcezza e florealità della farina di riso nero. Dentro a questo pastoso guscio si trova un ricco ripieno di verdure invernali. Gli spinaci, dal sapore vegetale, hanno come compagna una crema molto saporita di anacardi, dal gusto deciso ed equilibrato tra il dolce e il sapido. Queste crêpes, ne siamo sicuri, sapranno conquistare grandi e piccoli humamer.

Trasformazione

La pasta viene tirata a mano e poi infornata a 130 °C con un programma combinato a vapore, per preservare gusto e nutrienti. Le verdure vengono lavorate separatamente per permettere una corretta trasformazione, a temperature che non eccedono mai i 90 °C. Il piatto viene infine surgelato attraverso un programma di abbattimento rapido studiato ad hoc per preservare gusto e nutrienti di questa specifica ricetta.

Ingredienti

Bevanda di soia (acqua, semi di soia decorticati), spinaci, farina di riso Venere, farina di fave, anacardi, nocciole, succo di limone, sale, olio extra vergine d'oliva, lievito alimentare, aglio, pepe nero.

Tabella nutrizionale

Valori nutrizionali per 280 g		
Valori nutrizionali medi	Per porzione	
Energia	1866 kJ	445 kcal
Grassi di cui saturi	22 g	3,5 g
Carboidrati di cui zuccheri	42 g	4,9 g
Fibre	7 g	
Proteine	23 g	
Sale	2,4 g	

APPROFONDIMENTO

Spinaci Spargo 1

Il mondo degli spinaci è molto grande e buono: carnosì, consistenti e croccanti, questi vegetali sono dotati di forma e dimensioni molto diversi a seconda delle varietà. Fra queste, le più diffuse in Italia sono:

- il Gigante d'inverno, con foglie ampie, carnose e crespe;
- il Merlo nero, a foglia media e arricciata;
- il Matador, che si coltiva in primavera;
- il Ricco di Castelnuovo, con foglie spesse e di forma rotondeggiante;
- il Virofly a foglie grosse e di colore verde scuro.

La varietà coltivata dai nostri contadini e presente in questa ricetta è Spargo 1, dalla foglia semi bollosa, allungata e di color verde scuro.

Provenienza: **Pernumia (PD)**
Dista 12 Km dal nostro laboratorio

