PRIMI PIATTI

Canederli di grano saraceno

DOSI PER: 12 pezzi DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 25 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

I **canederli** sono una **ricetta tipica del Trentino Alto Adige**, e la cucina povera e robusta, piena di gusto e semplicità di questa terra si respira lungo tutte le vallate e i pendii montuosi del nord Italia. La buona notizia è che non bisogna per forza andare fin lì per gustare un buon piatto di canederli, anzi, seguendo la nostra ricetta con il passo passo puoi ottenere anche tu un risultato più che soddisfacente!

Oggi ti proponiamo una piccola variante alla ricetta dei canederli originali, ed è questa che andiamo a cucinare: i **canederli di grano saraceno.**

INGREDIENTI

PANE RAFFERMO 250 gr

CIPOLLA 1

SPECK 120 gr

BURRO 20 gr

LATTE INTERO 200 ml

FARINA DI GRANO SARACENO 60 gr

UOVA 2

ERBA CIPOLLINA 1 ciuffo

BRODO DI CARNE 1 l

Preparazione

1 Per prima cosa, dopo aver pulito una cipolla, affettala o tritala (se preferisci non trovare i pezzetti negli gnocchi di pane). Taglia poi lo speck a cubetti piccoli.

2 In una padella fai sciogliere il burro. Unisci poi cipolla e speck e lascia rosolare una decina di minuti.

3 Nel frattempo taglia a piccoli pezzi il pane raffermo e raccoglili in una capiente terrina. Aggiungi poi il latte e mescola.

4 Al pane aggiungi l’uovo e comincia ad impastare il composto con le mani.

5 Lava l’erba cipollina, tritata e uniscila al composto. Aggiungi anche la farina di grano saraceno.

6 Non resta che insaporire con lo speck e la cipolla rosolati e impastare per bene fino ad ottenere un composto abbastanza omogeneo. Con le mani bagnate prendi una quantità di composto e, roteandola tra i palmi, dai la forma agli gnocchi di pane.

7 Porta a bollore del buon brodo di carne. Immergi i canederli e cuoci circa 15 minuti, girandoli a metà cottura. Portali a tavola, dopo averli impiattati, con il brodo di cottura.

Conservazione

Puoi conservare i canederli in un contenitore a chiusura ermetica in frigo due o tre giorni, e cuocerli all'ultimo momento. Gli gnocchi di pane possono anche essere congelati per due o tre mesi in contenitori adatti al congelamento.

Consiglio

Se non vuoi servire i canederli in brodo, puoi lessarli in acqua salata, scolarli e portarli a tavola conditi con burro fuso e salvia. Puoi anche arricchire il composto con piccoli pezzetti di formaggio per avere dei canederli più ricchi.