

PRIMI PIATTI

Crepes salate con formaggio e prosciutto

LUOGO: [Europa](#) / [Francia](#)

DOSI PER: [10 pezzi](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [25 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Le **crepes salate con formaggio e prosciutto** sono un piatto goloso e versatile. Farcite con [besciame](#), prosciutto cotto e formaggio filante, si arrotolano e si gratinano in forno come [cannelloni](#). Morbide dentro e dorate fuori, sono perfette per pranzi in famiglia o cene speciali.

BESCIAMELLA 200 gr

PROSCIUTTO COTTO a fette - 200 gr

FORMAGGIO A PASTA FILATA a fette -
200 gr

PARMIGIANO REGGIANO

GRATTUGIATO 30 gr

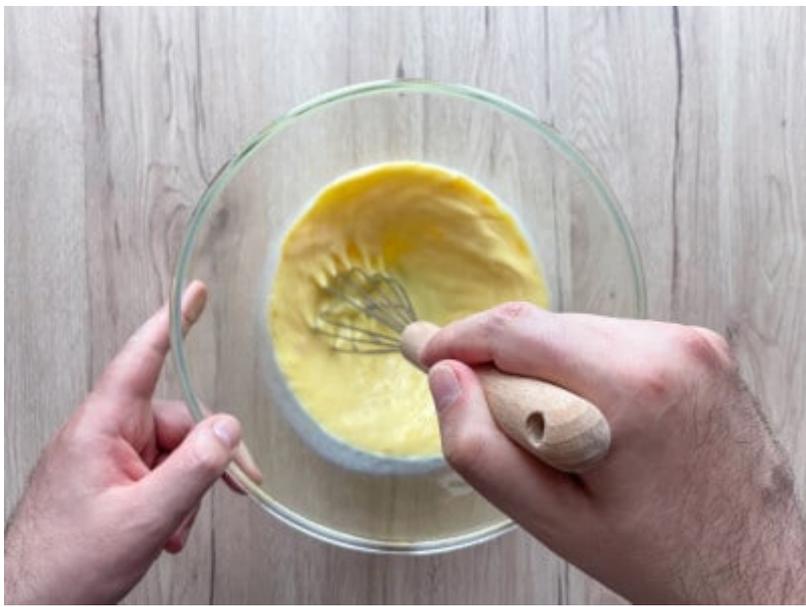
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

NOCE MOSCATA

COME FARE LE CREPES SALATE CON FORMAGGIO E PROSCIUTTO

- 1 Per fare le crepes salate rompi le uova in una ciotola, aggiungi il latte e sbatti energicamente con una frusta per qualche minuto.





2 Aggiungi il sale e la noce moscata, quindi la farina, un po' per volta, continuando a mescolare per evitare di formare grumi, dovrai ottenere una pastella liscia. Copri la ciotola con pellicola per alimenti e lascia riposare in frigo per 30 minuti.





3 Ungi leggermente di olio una padella col fondo antiaderente da 16-18 cm. Fai riscaldare per bene sul fornello e, con un mestolino, versa una porzione di pastella all'interno della padella. Abbi l'accortezza di muovere la padella per creare una crepe uniforme e senza buchi. Quando il bordo della crepe si solleva, girala, aiutandoti con una paletta, e cuoci anche l'altro lato (orientativamente 1 min per lato). Continua così fino ad esaurimento della pastella. Con questi ingredienti dovresti ottenere circa 10 crepes salate.





- 4 Farcisci ogni crepe con una fetta di prosciutto cotto, una fetta di formaggio e un po' di besciamella, disposta al centro della crespella.





5 Arrotola le crepes salate sulla farcitura, come se fossero cannelloni e disponile in una teglia.





6 Metti la besciamella sulla superficie delle crepes, cospargila con il parmigiano reggiano grattugiato e inforna. Cuoci le crepes salate per 10 min a 200°C funzione grill.





TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Personalizza il ripieno con salumi o formaggi che hai in frigo.

Se ti avanza della pastella, puoi conservarla per 12 ore in frigo e farne altre crepes il giorno dopo.

Usa la besciamella avanzata per arricchire [lasagne](#) o [verdure al forno](#).

Le crepes si possono anche piegare a ventaglio per una presentazione diversa.

COME CONSERVARE LE CREPES SALATE CON FORMAGGIO E PROSCIUTTO

Le **crepes farcite** si conservano in frigo per 1 giorno, ben coperte. Puoi congelarle già cotte, separandole con carta forno. Scaldale in forno o microonde per ritrovare cremosità e calore.

POTRESTI CUCINARE ANCHE...

[Crepes senza uova](#): leggere e perfette anche per intolleranti.

[Crepes vegane](#): senza ingredienti di origine animale, ma golose.

[Crespelle con asparagi](#): raffinate e ideali in primavera

[Crespelle ai carciofi](#): gustose e stagionali.

[Crespelle alla fiorentina](#): un classico con ricotta e spinaci.