

PRIMI PIATTI

Crespelle alla fiorentina

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Toscana](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [20 min](#) COTTURA: [30 min](#) COSTO:

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

NOTE: + 1 ORA DI RIPOSO PER LA PASTELLA



Le **crespelle alla fiorentina** sono un primo piatto ricco e gustoso, un classico della cucina toscana che non può mancare nei pranzi della domenica. Questa **ricetta** trasforma delle semplici [crepes](#) in un capolavoro gratinato, grazie a un **ripieno di ricotta e spinaci** e una copertura di [besciamella](#) e pomodoro. Le **crespelle**, o **crepes**, sono una base incredibilmente versatile: in versione salata, possono diventare dei golosi [Cannelloni di crespelle](#) o delle originali [Lasagne di crepes](#), magari arricchite come nelle [Lasagne di crepes ai funghi](#). Si prestano a mille ripieni diversi, dalle [Crespelle ai carciofi](#) alle

classiche [Crepes salate formaggio e prosciutto](#), fino alle saporite [Crepes al gorgonzola e spinaci](#). E non dimentichiamo il loro lato dolce, con le intramontabili [Crepes alla nutella](#) o la scenografica [Torta di crepes](#).

INGREDIENTI PER LA PASTELLA DELLE CREPES

FARINA 00 125 gr

LATTE INTERO 300 ml

UOVA MEDIE 2

BURRO MORBIDO 50 gr

SALE 1 pizzico

INGREDIENTI PER LA FARCITURA DELLE CREPPELLE

SPINACI o 300 g. di spinaci surgelati - 500 gr

RICOTTA VACCINA precedentemente scolata dal suo liquido - 250 gr

PARMIGIANO REGGIANO

GRATTUGIATO 50 gr

UOVO 1

NOCE MOSCATA

SALE

PEPE NERO

INGREDIENTI PER LA COTTURA DELLE CREPPELLE ALLA FIORENTINA

BESCIAMELLA 500 gr

SALSA DI POMODORO 50 cucchiari da tavola

PARMIGIANO REGGIANO

GRATTUGIATO abbondante -

COME FARE LA PASTELLA DELLE CREPPE, PERFETTA E SENZA GRUMI

L'impasto: In una ciotola rompi le 2 uova e sbattile leggermente con il latte (300 ml) e il pizzico di sale.

Unisci gli ingredienti: Aggiungi la farina setacciata poco alla volta, mescolando energicamente con la frusta per evitare la formazione di grumi.

Il tocco finale: Aggiungi il burro fuso (che non deve essere bollente!) e mescola finché non ottieni una pastella liscia, liquida e vellutata.

Riposo: Copri la ciotola con pellicola e metti in frigo per 1 ora. Questo passaggio è fondamentale: permette alla farina di idratarsi e le crepelle non si romperanno in cottura.







COME CUOCERE LE CREPILLE

Padella calda: Trascorso il riposo, scalda la padella antiaderente e ungila con un fiocchetto di burro (puoi usare un pezzo di carta assorbente per spargerlo bene e togliere l'eccesso).

Il movimento: Versa un mestolo scarso di pastella al centro della padella e ruota subito il polso per distribuire il composto su tutto il fondo. Devono venire sottili!

Cottura: Cuoci per circa un minuto finché i bordi non si arricciano e si staccano. Girala (con una spatola o facendola saltare se sei coraggioso!) e cuoci l'altro lato per pochi secondi. Impilale su un piatto e lasciale raffreddare.







COME FARE IL RIPIENO TIPICO TOSCANO

Gli spinaci: Se usi quelli freschi, lessali in poca acqua salata, scolali e strizzali benissimo con le mani. Devono perdere tutta l'acqua. Se usi quelli surgelati, stesso discorso: strizzali bene.

Tritare: Trita gli spinaci al coltello grossolanamente.

Mescolare: In una ciotola, lavora la ricotta (ben scolata dal siero) con l'uovo, il parmigiano, sale, pepe e una generosa grattugiata di noce moscata. Unisci gli spinaci tritati e amalgama tutto fino ad avere una crema verde e bianca omogenea.







COME ASSEMBLARE, CUOCERE E SERVIRE LE CREPILLE FIORENTINE

Farcire: Prendi una crespella, metti due cucchiari di ripieno al centro e spalmalo leggermente.

Chiudere: Qui puoi scegliere: arrotolare a "cannellone" (sigaro) oppure piegare a fazzoletto (a metà e poi ancora a metà) o a pacchetto come suggerisce la tradizione (chiudendo i lati verso l'interno).

Disponile nella teglia una accanto all'altra, senza lasciare buchi.





Preparare la teglia: "Sporca" il fondo della pirofila con un paio di cucchiari di besciamella per non far attaccare le crespelle.

Condire: Copri tutto con la besciamella restante. Ora il tocco "Fiorentina": metti i cucchiari di salsa di pomodoro sparsi qua e là sopra la besciamella (non deve essere coperta di rosso, solo macchiata) e spolvera con abbondante Parmigiano.







Gratinare: Inforna a 180°C (forno statico) o 200°C (ventilato) per circa 15-20 minuti, finché non si forma una crosticina dorata e invitante.

Servizio: Lascia riposare 5-10 minuti fuori dal forno prima di servire: i sapori si assesteranno e non ti ustionerai la lingua!



IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: Prepara le crespelle con un mix di farine per pasta senza glutine. Per la besciamella, utilizza questa [ricetta](#).

Versione senza lattosio: Sostituisci il latte e il burro nelle crespelle e nella besciamella con alternative vegetali. Per il ripieno, usa una ricotta senza lattosio o un formaggio spalmabile vegetale.

Versione light: Prepara le crespelle con latte parzialmente scremato e ometti il burro. Per il ripieno, utilizza una ricotta light e per la copertura una besciamella leggera preparata senza burro.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per una riuscita sicura: Il segreto per un ripieno perfetto è strizzare benissimo gli spinaci lessati. Devono essere il più asciutti possibile per evitare che rilascino acqua e rendano la farcia troppo liquida.

Lo sfizio in più: Per un gusto più deciso, aggiungi al ripieno di ricotta e spinaci dei cubetti di prosciutto cotto, mortadella o della pancetta affumicata precedentemente rosolata.

L'idea per i bambini: I bambini le adoreranno! Puoi nascondere nel ripieno un cubetto di formaggio filante per una sorpresa golosa, e servirle chiamandole "fagottini verdi".

Idea antispreco: Non buttare i gambi più duri degli spinaci. Puoi usarli per arricchire un minestrone, una frittata o il brodo vegetale.

COME CONSERVARE LE CRESPELLE ALLA FIORENTINA

Le crespelle alla fiorentina si conservano in frigorifero, nella loro teglia coperta con pellicola, per 2-3 giorni. Si possono anche congelare, sia da crude che da cotte.