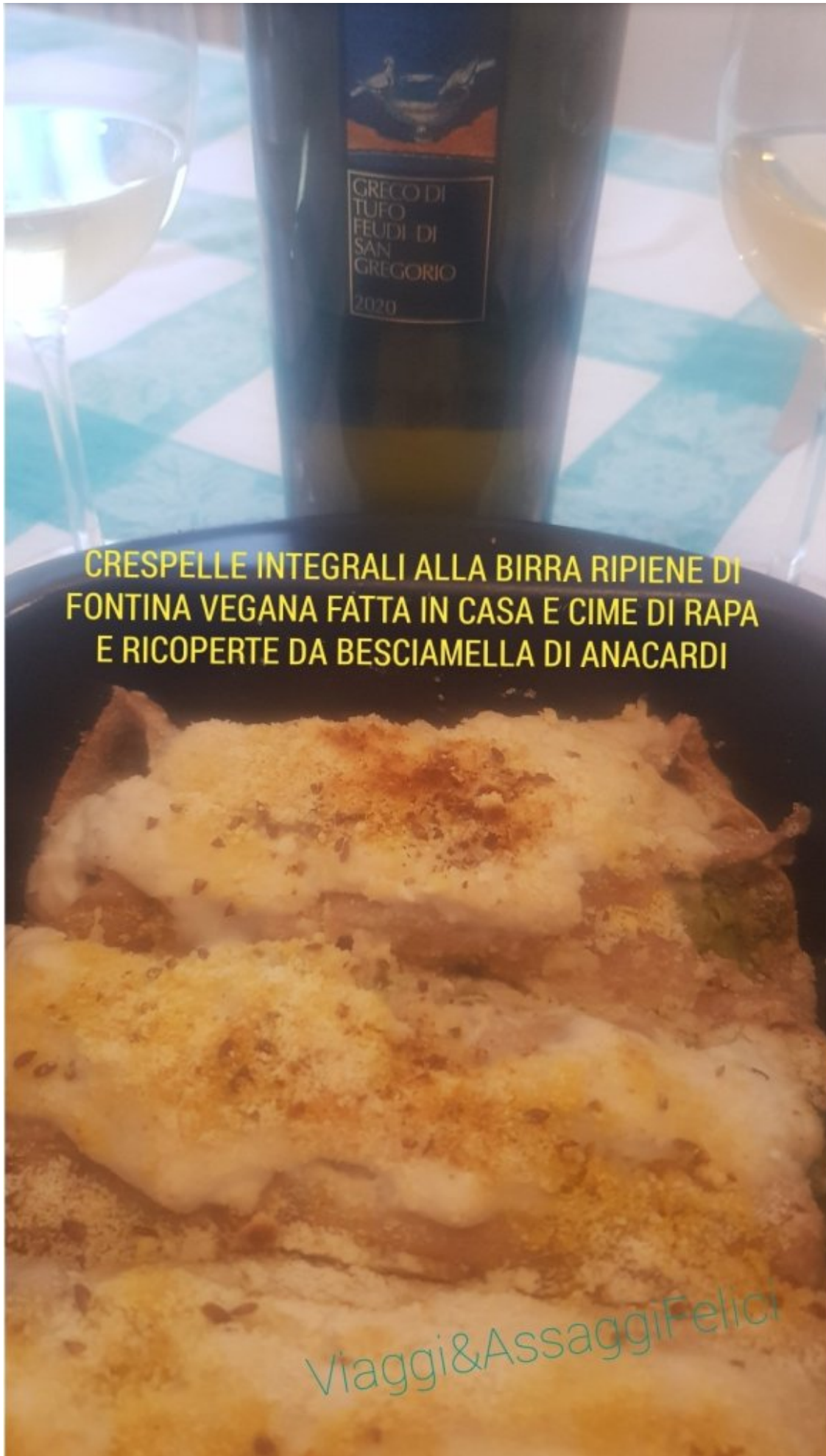


**CRESPELLE INTEGRALI ALLA
BIRRA RIPIENE DI FONTINA
VEGANA FATTA IN CASA E CIME
DI RAPA E RICOPERTE DA
BESCIAMELLA DI ANACARDI**



**CREPPE INTEGRALI ALLA BIRRA RIPIENE DI
FONTINA VEGANA FATTA IN CASA E CIME DI RAPA
E RICOPERTE DA BESCAMELLA DI ANACARDI**

Viaggi&AssaggiFelici



CREPELLE INTEGRALI ALLA BIRRA RIPIENE DI
FONTINA VEGANA FATTA IN CASA E CIME DI RAPA
E RICOPERTE DA BESCIAVELLA DI ANACARDI

Viaggi&AssaggiFelici

**CREPPE INTEGRALI ALLA BIRRA RIPIENE DI
FONTINA VEGANA FATTA IN CASA E CIME DI RAPA
E RICOPERTE DA BESCIAMELLA DI ANACARDI**



Viaggi&AssaggiFelici



CRESPELLE
INTEGRALI
ALLA BIRRA

Viaggi&AssaggiFelici



Le *crêpes*, chiamate anche *crespelle*, sono cialde cotte che "si arricciano" risultando rugose, da qui *crêpe* che dal latino "*crispus*" significa arricciato. Si racconta che per la

festa della Candelora celebrata il 2 febbraio, Papa Gelasio nel V secolo, pensò di sfamare dei pellegrini francesi, giunti a Roma per i festeggiamenti. Ordinò di portare dalle cucine delle grandi quantità di uova e farina, con i quali sarebbero state create le prime crêpes. I francesi le riportarono nel loro Paese, contribuendo a diffonderla in Francia, facendola diventare un vero e proprio simbolo della loro cucina.

Questo piatto può diventare il vostro cavallo di battaglia perché è facile da preparare e renderete contenti i vostri commensali. Ho fatto diverse versioni che trovate nel blog , Le crêpes che vi propongo sono a base di farina integrale e birra , per un gusto più sfizioso , ripiene di cime di rapa saltate in padella , fontina vegana che ho fatto in casa e ricoperte da besciamella di anacardi con latte di anacardi fatto in casa !!!

Ingredienti per 6 crespelle diametro 20 cm

Per le crespelle

- 200 ml Birra
- 125 ml di acqua
- 125 g Farina integrale
- Sale

Per il ripieno

- 600 g cime di rapa
- 125 g Fontina Veg che ho fatto in casa
- 100 ml Birra
- 1 Scalogno
- 2 cucchiaini di Farina di mandorle
- Olio di oliva extra vergine
- Sale

- formaggio grattugiato vegan : (tritando 10 anacardi + 1 cucchiaino di semi di lino tritati + 2 cucchiaini di lievito alimentare + 1 pizzico di curcuma in polvere + 1 cucchiaino raso di sale integrale himalaya)

Per la Besciamella di anacardi

- 100 g di anacardi al naturale+ 550 ml di acqua per la preparazione del latte di anacardi
- 50 g di farina di riso,
- 1 cucchiaino di lievito alimentare in scaglie,
- un pizzico di sale,
- noce moscata

FARINA DI MANDORLE PER GRATINARE IN FORNO

Istruzioni

1. **Preparate la pastella.** Unite un pizzico di sale alla farina e incorporate la birra mescolata a 125 ml d'acqua. Coprite e lasciate riposare al coperto per un'ora.
2. **Preparare il ripieno** Cuocete le cime di rapa in padella con olio , aglio e sale per 5 minuti e tritatele grossolanamente.
3. Rosolate lo scalogno tritato con 2 cucchiaini d'olio, aggiungete la fontina veg a dadini (che si scioglierà), alzate la fiamma e dopo 2-3 minuti bagnate con la birra lasciandola evaporare e completate con le cime di rapa, mescolare il tutto !!!
4. Cuocete le crespelle versando un mestolino per volta in una padella da 20 cm . Rispetto alle crespelle classiche la cottura è più lunga e la consistenza elastica. Ne verranno 6.Le crespelle si staccheranno da sole quando saranno pronte.
5. **Preparare la Besciamella** Mettete in ammollo gli anacardi coperti d'acqua per almeno 8 ore. Trascorso questo

tempo, scolateli e frullateli insieme a 550 ml d'acqua, in modo da ottenere un liquido liscio e omogeneo. Trasferite la bevanda di anacardi in un pentolino, stemperandovi pian piano la farina di riso, con l'aiuto di una frusta. Ponete su un fornello e portate a bollore lentamente, proseguendo la cottura per 6-7 minuti, fino a quando non si forma la besciamella. Aggiungete il lievito, sempre mescolando, e aggiustate di sale e noce moscata.

6. Sistemate il ripieno al centro delle crespelle, spolverate con il formaggio grattugiato veg, chiudetele a fagotto oppure arrotolatele, poi e disponetele in una pirofila che avrete "sporcato " con la besciamella. Quindi ricopritele di besciamella e cospargetele con la farina di mandorle e cuocete 5 minuti a 200 ° e poi gratinatele con solo grill sempre a 200°C per circa 5/7 minuti.

Se ti è piaciuta questa ricetta e/o la riprodurrai ,fammelo sapere con un #like o un commento qui sotto l'articolo e nel mio gruppo facebook !!!

Condividila sui social usando i tasti in cima e in fondo all'articolo oppure lasciami un commento! Per te è un clic, per me una grandissima soddisfazione!

E NON DIMENTICARE DI ISCRIVERTI AL MIO GRUPPO FACEBOOK !!!

Se vi va di seguire le altre mie ricette dolci e salate o pubblicare le vostre potete iscrivervi anche a :

✂ alle newsletter di questo blog

<https://page.co/PD3nai>

*mio gruppo Facebook **Viaggi&AssaggiFelici***

[facebook.com/groups/viaggiassaggifelici.blog](https://www.facebook.com/groups/viaggiassaggifelici.blog)

seguirmi su Pinterest

<http://www.pinterest.com/viaggiassaggifeliciblog>



Viaggiassaggifelici.blog
Viaggiando con amore
blog di viaggi e cucina Vegana

ISCRIVITI AL GRUPPO FACEBOOK

Viaggi & Assaggi Felici

The banner includes a logo with a palm tree and a green bar with the text 'ISCRIVITI AL GRUPPO FACEBOOK' and 'Viaggi & Assaggi Felici'. To the right is a collage of four images showing different cakes, with one labeled 'Ricetta di Soia'.

HAI RIPRODOTTO QUESTA RICETTA?

Taggami su [@Viaggi&AssaggiFelici](https://www.instagram.com/Viaggi&AssaggiFelici) e metti il tag [#viaggiassaggifelici](https://www.pinterest.com/viaggiassaggifeliciblog)

Non vedo l'ora di vedere com'è venuto il tuo piatto!