

CAPUNET



gnocchetti di spinaci



Difficoltà
facile



Preparazione
30 minuti



Dosi per
4 persone



Costo
basso

Ricetta e foto di Mario Cramerì, chef all'Hotel Albrici. hotelalbrici.ch



INGREDIENTI

- 3 l acqua
- 1 c sale
- 500 g spinaci freschi
- ½ cipolla
- 4-5 C pangrattato
- sale e pepe
- noce moscata
- 2 uova
- 300 g farina bianca 100% Valposchiavo
- latte
- 100 g formaggio BIO Stagionato
- 4 EL burro
- 1 spicchio d'aglio a fette oppure
- ¼ cipolla tritata

PREPARAZIONE

Mettere sul fuoco 3 litri d'acqua con 1 cucchiaino di sale.
Aggiungere e cuocere 500 gr di spinaci freschi.

Consiglio: prima di immergere gli spinaci aggiungere 1 cucchiaino di bicarbonato.
Una volta cotti, scolare in una bacinella con acqua fredda e ghiaccio per ottenere un profumo dell'impasto più intenso.

Tritare gli spinaci.

Altre gustose ricette della Valposchiavo: valposchiavo.ch/ricette

Tritare e rosolare ½ cipolla con un po' di burro, da unire agli spinaci e a 4-5 cucchiari di pangrattato, un pizzico di sale e pepe, noce moscata a piacere, 2 uova e ca. 300 g di farina bianca bio 100% Valposchiavo. Mescolare energicamente senza creare grumi. L'impasto deve risultare liscio e abbastanza consistente. Se troppo denso aggiungere del latte.



Passare l'impasto in un passatutto con buchi grossi o servirsi di un tagliere di legno e un coltello, e lasciar cadere i capunet nell'acqua bollente salata.

Scolare con la schiumarola e versare in una teglia ben calda alternando uno strato di capunet e uno strato di 100 g di formaggio BIO stagionato grattugiato. Rosolare 4 cucchiari di burro con uno spicchio aglio e salvia e versare sui capunet.

Servire ben caldi.

