

## Crepes alle castagne con mousse di amarene

**INTRODUZIONE** Durante la stagione invernale le castagne non dovrebbero mai mancare sulle nostre tavole essendo dei frutti ricchi di proprietà benefiche. Ricche di sali minerali quali fosforo e potassio, vitamine e fibre, le castagne sono ricche di carboidrati complessi che le rendono un'ottima fonte di energia per l'organismo tanto da essere un alimento ottimo per chi pratica sport e necessita di importanti apporti energetici. Proprio per questo stesso motivo si tratta anche di un alimento da consumare con moderazione. La farina si ottiene dalle castagne prima essiccate e successivamente tritate e può essere utilizzata in cucina in molti modi: dalla preparazione del pane, alla pasta e naturalmente ai dolci. In



questa ricetta è stata utilizzata come ingrediente principale per delle crepes che quindi sono senza glutine! Il loro sapore rustico viene completato e valorizzato dalla dolcezza delle amarene sciroppate utilizzate sia per la guarnizione che per la morbida crema di ricotta. Ricetta da provare per una merenda salutare e golosa! Difficoltà Facile Dosi 4 persone Tempo di preparazione 10 minuti Tempo di cottura 10 minuti Costo Medio Dieta Vegetariana Tempo di riposo 30 minuti Strumenti Minipimer Collaborazione **Fabbri** Ingredienti Per le crepes: Farina di castagne 100 g; Uova Zucchero a velo 30 g; Latte 220 ml; Burro 20 g Per la farcitura: Amarena **Fabbri** 100 g; Mascarpone 200 g; Cioccolato fondente 40 g; Marroni glassati a pezzi q.b. Ti manca qualche ingrediente? Ti manca qualche ingrediente? Puoi sostituire i marroni glassati a pezzi con della frutta secca di tuo gusto. Preparazione In una ciotola setacciare la farina di castagne con lo zucchero a velo quindi aggiungere poco alla volta, e sempre mescolando con una frusta per evitare la formazione di grumi, il latte, le uova sbattute e il burro fuso e lasciato intiepidire; Coprire con pellicola e lasciare riposare per 30 minuti; Nel frattempo in un mixer frullare le amarene con uno o due cucchiaini del loro sciroppo per ottenere una sorta di crema; Unire la crema di amarene al mascarpone tenendone da parte due cucchiaini per la guarnizione finale; Cuocere le crepes creando uno strato sottile di impasto su una padella leggermente imburrata e cuocere circa due minuti per lato; Farcire le crepes con la crema al mascarpone e amarene quindi chiudere su se stessa e guarnire con purea di amarene cioccolato fondente fuso e pezzi di marroni glassati. Recipe Chef in Camicia Crepes alle castagne con mousse di amarene Grazie! **INTRODUZIONE** Durante la stagione invernale le castagne non dovrebbero mai mancare sulle nostre tavole essendo dei frutti ricchi di proprietà benefiche. Ricche di sali minerali quali fosforo e potassio, vitamine e fibre, le castagne sono ricche di carboidrati complessi che le rendono un'ottima fonte di energia per l'organismo tanto da essere un alimento ottimo per chi pratica sport e necessita di importanti apporti energetici. Proprio per questo stesso motivo si tratta anche di un alimento da consumare con moderazione. La farina si ottiene dalle castagne prima essiccate e successivamente tritate e può essere utilizzata in cucina in molti modi: dalla preparazione del pane, alla pasta e naturalmente ai dolci. In questa ricetta è stata utilizzata come ingrediente principale per delle crepes che quindi sono senza glutine! Il loro sapore rustico viene completato e valorizzato dalla dolcezza delle amarene sciroppate utilizzate sia per la guarnizione che per la morbida crema di ricotta. Ricetta da provare per una merenda salutare e golosa! Ingredienti Per le crepes: Farina di castagne Farina di castagne 100 g; 100 g; Uova Uova 2; Zucchero a velo Zucchero a velo 30 g; 30 g; Latte Latte 220 ml; 220 ml; Burro Burro 20 g 20 g Per la farcitura: Amarena **Fabbri** Amarena **Fabbri** 100 g; 100 g; Mascarpone Mascarpone 200 g; 200 g; Cioccolato fondente Cioccolato fondente 40 g; 40 g; Marroni glassati a pezzi q.b. Ti manca qualche ingrediente? Preparazione In una ciotola setacciare la farina di castagne con lo zucchero a velo quindi aggiungere poco alla volta, e sempre mescolando con una frusta per evitare la formazione di grumi, il latte, le uova sbattute e il burro fuso e lasciato intiepidire; Coprire con pellicola e lasciare riposare per 30 minuti; Nel frattempo in un mixer frullare le amarene con uno o due cucchiaini del loro sciroppo per ottenere una sorta di crema; Unire la crema di amarene al mascarpone tenendone da parte due cucchiaini per la guarnizione finale; Cuocere le crepes creando uno strato sottile di impasto su una padella leggermente imburrata e cuocere circa due minuti per lato; Farcire le crepes con la crema al mascarpone e amarene quindi chiudere su se stessa e guarnire con purea di amarene cioccolato fondente fuso e pezzi di marroni glassati. Quali piatti prepari per la tua famiglia? **SCOPRI IL NUOVO CORSO** Alessandro Borghese ti accompagnerà in un corso all'insegna della tradizione e dell'innovazione Condividi