

Omelette agli spinaci

Preparazione
15 min

Cottura
5 min



Porzioni: 4 persone

Ingredienti

- 3 uova
- 3 dl di latte e acqua ($\frac{1}{2}$ e $\frac{1}{2}$)
- 150 g di farina 00
- una manciata abbondante di spinacini freschi
- sale e pepe
- olio d'oliva, un filo
- verdura mista a piacere (cotta o cruda)
- formaggio fresco a piacere a fiocchetti (come robiola o caprino)

Istruzioni

1. Sguscia le uova in un bicchiere dai bordi alti. Aggiungi la parte liquida composta da latte e acqua in parti uguali, una manciata abbondante di spinacini novelli lavati, un cucchiaino di sale e una macinata di pepe. Frulla il tutto con un mini pimer a immersione.
2. Unisci poi la farina in un solo colpo e continua a frullare fino ad ottenere una pastella senza grumi.
3. Se il verde della pastella non dovesse essere abbastanza brillante, puoi aggiungere ancora qualche foglia di spinaci e frullare di nuovo.
4. Riscalda una padella con un filo di olio e aggiungi un mestolo di pastella. Cuoci l'omelette un minuto per lato. Prosegui fino ad esaurimento della pastella.
5. Farcisci le omelette con verdure a tua scelta (io ho usato funghi, asparagi e piselli) e dei fiocchi di formaggio fresco (come robiola o caprino).
6. Puoi aromatizzare la pastella e le verdure con delle erbe aromatiche.

Carlotta e il Bassotto © 2020 - www.carlottaeilbassotto.com