

Crepes dolci e salate

La crepe, è un' antichissima preparazione di origine francese, che, secondo la leggenda, pare risalire addirittura al V secolo, quando Papa Gelasio, molto caritatevolmente, volle sfamare dei pellegrini francesi stanchi ed



affamati, giunti a Roma per la festa della Candelora, e perciò ordinò che dalle cucine vaticane si portassero ingenti quantitativi di uova e farina, con i quali sarebbero state create le prime rudimentali crepes, che divennero poi di uso molto comune in Francia. Preparate fundamentalmente con pochi e semplici ingredienti, come uova, farina, latte e burro, le crepes sono una pietanza alquanto versatile, poiché, partendo dalla preparazione base, possono essere trasformate e farcite in mille modi e impiegate in una miriade di preparazioni, dolci o salate, rustiche o raffinate.

Ingredienti per crepes salate

Burro 40 gr Farina 250 gr Latte 1/2 litro Sale 1 pizzico Uova 3

Preparazione



Ponete in una ciotola dai bordi alti la farina preventivamente setacciata, (lo zucchero, e la vanillina se preparerete delle crepes dolci), 1 pizzico di sale e 1/2 litro di latte (1). Lavorate il composto (potete usare anche uno sbattitore o il minipimer) fino a che sarà liscio, vellutato e senza alcun grumo. In una terrina a parte sbattete con una forchetta le uova affinché si amalgamino, poi aggiungetele alla pastella (2) e continuate a mescolare aggiungete il burro sciolto, coprite la pastella e lasciatela riposare per almeno mezz'ora in frigo.

Ponete a scaldare sul fuoco una padella antiaderente per crepes, fatevi fondere una piccola noce di burro, e quando sarà ben calda versatevi un mestolino di pastella (3) necessaria a coprire il fondo così facendo: ponete la pastella al centro della padella e poi inclinandola e ruotandola, cercate di distribuirla su tutta la superficie;



in alternativa potete spalmare la pastella con un cucchiaio, o l'apposito attrezzo (4) (questa operazione deve essere fatta abbastanza velocemente, poiché la pastella, posta sulla padella calda, tenderà a solidificarsi rapidamente impedendovi di spargerla uniformemente sul fondo.) Lasciate cuocere per un minuto scuotendo la padella di tanto in tanto per fare staccare la crepe dal fondo: non appena sarà dorata, (5) giratela dall'altra parte e attendete che a sua volta assuma lo stesso colore. Appena pronta, toglietela dalla padella facendola scivolare su di un piatto, (6) e continuate così anche per le restanti crepes, adagiandole una sull'altra a mano a mano che saranno pronte.

Consiglio

Se le crepes che preparate non verranno servite subito, tenetele al caldo senza farcirle, per poi essere utilizzate al momento opportuno con una nappatura di marmellate, gelatine, creme, gelati o preparazioni salate.

Curiosità

La parola francese crepe, deriva dal latino *crispus*, che significa "arricciato", termine associato originariamente alle *crepelle*, una sorta di piccole, sottili e leggere frittate che durante la cottura si raggrinzano tutte.