



SPAZLE INTEGRALI CON ASPARAGI E PROSCIUTTO

magieaifornelli.altervista.org



Ingredienti per 4:

farina macinata a pietra (o integrale) g 100

farina "00" g 150

acqua o latte 125 ml circa

3 uova

sale

Per il condimento:

un paio di cucchiaini di Olio Extravergine (io ho usato Dante Terre Antiche)

una noce di burro

g 200 di asparagi precedentemente sbollentati e tagliati

g 100 di prosciutto cotto in fette e poi tagliato

qualche cucchiaino di panna fresca

parmigiano

Preparazione:

Misceliamo le due farine e prepariamo una pastella aggiungendo le uova prima, amalgamando bene e poi unendo il sale e il liquido (latte o acqua) un po' per volta (a secondo delle farine può occorrere più o meno acqua) in modo da ottenere un composto liquido ma abbastanza consistente, non deve gocciolare in fretta una volta inserito nell'attrezzo, ma neanche essere troppo solido da non scendere in acqua facilmente. Una volta pronto l'impasto lo inseriamo nell'attrezzo collocato su di una pentola contenente abbondante acqua, e simulando il movimento di quando si vuole grattugiare l'impasto verrà "tagliato" in piccole parti e scenderà subito in acqua; quando saliranno a galla saranno pronti per essere prelevati con una schiumarola ed andremo ad adagiarli in un tegame dove avremo cotto nel frattempo il suo condimento facendo insaporire nell'olio e burro il prosciutto e gli asparagi per qualche minuto ed in ultimo un po' di panna fresca.