

# Crepes cipolle e aceto balsamico

Le **crepes cipolle e aceto balsamico** sono una squisita preparazione costituita da una cialda sottile e morbida che viene cotta in padella o in crepiera, in Italia chiamate anche crespelle.

Le **crepes cipolle e aceto balsamico** devono essere cotte al momento e farcite e gustate rapidamente, finché sono ancora belle calde.

Con le dosi indicate si preparano **4 crepes** di grande dimensione (26 cm di diametro), ovvero 1 a testa. Se le crepes sono le protagoniste della cena solitamente ne occorrono almeno 2 a testa, quindi valutare di prepararne anche un'altra, magari con farcitura differente. Se si accompagnano invece con un contorno o vengono precedute da un primo piatto può bastarne anche una.

## INFORMAZIONI

- **4** persone
- **215Kcal** a porzione
- difficoltà **media**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **vegetariana**
- ricetta **light**

## INGREDIENTI

- 2 cipolle rosse di piccole dimensioni
- 250 ml di Brodo vegetale
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 50 ml di vino rosso
- Sale fino
- Pepe nero macinato al momento
- 2 cucchiaini di aceto balsamico
- Burro
- 500 g di Pastella per crepes salate

## PREPARAZIONE

- Sbucciare le cipolle e tagliarle a spicchietti.
- Scaldare il brodo.
- In una padella antiaderente mettere l'olio, le cipolle e portarla sul fuoco. Far rosolare qualche minuto a fiamma vivace, quindi unire il vino rosso, un mestolo di brodo vegetale, un pizzico di sale, una macinata di pepe, coprire e cuocere per 20 minuti a fiamma media, girando piuttosto spesso. Se il fondo di cottura dovesse asciugarsi troppo aggiungere altro brodo vegetale.
- A fine cottura scoperchiare, alzare la fiamma, far asciugare, regolare di sale e tenere in caldo.
- Portare sul fuoco un padellino antiaderente, mettervi l'aceto balsamico e farlo leggermente sobbollire per un minuto girando con un cucchiaio. Metterlo in una ciotolina e tenerlo da parte.
- Ungere con pochissimo burro la padella e versare un mestolino di pastella.
- Appena la crepe è dorata su un lato voltarla e cominciare a condirla, molto velocemente.
- Cospargere metà crepes con parte delle cipolle e chiudere piegando a metà e quindi nuovamente a metà, fino ad ottenere un ventaglio.
- Servire immediatamente decorando con l'aceto balsamico colato a filo sulle crepes.
- Imburrare il padellino ad ogni cottura e ripetere il procedimento per ogni crepe.

## STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

### I consigli di Barbara

Avendo addensato l'aceto balsamico dovrebbe essere facile colarlo per decorare la crepe utilizzando un cucchiaino e facendolo scendere a filo.

Attenzione, al tempo indicato è necessario aggiungere quello di preparazione della pastella (1 ora e mezzo). Il tempo complessivo di preparazione è pertanto di 2 ore. Per diminuire il tempo complessivo è possibile preparare la pastella prima. In tal caso conservarla in frigorifero, ben coperta. Mescolarla bene prima di utilizzarla.

