fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Gnudi ze szpinakiem i ricottą bez cukru - przepis

Do tych klusek nie przygotowujesz osobnej osłonki z ciasta. Zanim zaczniesz formowanie, zajmij się wilgocią w serze i szpinaku. Warto też zostawić przy kuchence miejsce na dwa naczynia: jedno do gotowania, drugie na masło.

Porcje: 2 porcje

Składniki

Gnudi

- 250 g ricotty z mleka krowiego, masa po odcedzeniu
- 600 g świeżego szpinaku
- 25 g drobno startego Parmigiano Reggiano
- 1 duże roztrzepane jajko
- mąka pszenna do obtaczania i podsypania
- sól
- 2 łyżki wrzątku do szpinaku; osolona woda do gotowania

Masło i podanie

- 30 g niesolonego masła
- 5 liści szałwii
- kilka pociągnięć tarką gałki muszkatołowej
- 2 łyżki startego Parmigiano Reggiano do podania

Przygotowanie krok po kroku

1. Odcedzaj ricottę na sitku nad miską około 1 godzinę. Odważ 250 g po odcedzeniu.
2. Szpinak paruj pod przykryciem na dużym ogniu z 2 łyżkami wrzątku, aż zwiędnie. Odcedź, ostudź, mocno odciśnij, posiekaj. Pozostanie około 300 g.
3. Połącz szpinak, ricottę, parmezan i jajko. Dopraw solą.
4. Porcje po 20 g obtocz w mące, uformuj w dłoniach kulki, strząśnij nadmiar. Rozłóż z odstępami na podsypanej desce.

5. Na patelni rozpuść masło z szałwią i gałką. Utrzymuj ciepłe.

6. W szerokim naczyniu lekko zagotuj osoloną wodę. Ostrożnie wkładaj kluski. Gotuj 5 minut lub do wypłynięcia, ewentualnie partiami. Cedzakiem przenieś do masła.

7. Polej masłem, posyp serem do podania.

Uwagi

Uwaga: Ser i szpinak muszą być dobrze odciśnięte. Kup około 2 opakowań ricotty po 200 g: po odcedzeniu masa będzie mniejsza.

Źródło przepisu: https://www.jamesbeard.org/recipes/rosas-spinach-and-ricotta-gnudi