

## Crespelle stiriane all'olio di semi di zucca con ripieno di porro



**Piatto**

Tipo di  
ricetta



**30 Minuti**

Preparazione



**Media**

Difficoltà



### Ingredienti per 4 persone

Per l'impasto delle crespelle

½ l di latte

3 uova

200 g di farina

Sale

Pepe

Olio vegetale bianco per friggere

Per il ripieno al porro

120 g di porro, tagliato finemente

1 cucchiaio da tavola di olio di semi di

zucca stiriano IGP per soffriggere

40 g di semi di zucca stiriani, tostati

2 cucchiari da tavola di olio di semi di  
zucca stiriano IGP

120 g di quark magro

1 spicchio d'aglio

Sale

Pepe

### Preparazione

Preparare l'impasto per le crespelle unendo latte e farina e mescolare fino ad ottenere un composto senza grumi; aggiungere le uova, aromatizzare con sale e pepe e mescolare bene.

Per il ripieno, soffriggere per pochi minuti il porro in un po' di olio di semi di zucca e lasciar raffreddare. Mettere in una ciotola gli ingredienti restanti per il ripieno, mescolare bene il tutto e aggiungere infine il porro.

Versare l'impasto nella padella formando delle crespelle sottili e cuocerle. Spalmare le crespelle con il ripieno e arrotolarle. Tagliare le crespelle in porzioni come più si desidera, disporle su un piatto da portata e guarnirle con un po' di porro e un paio di gocce di olio di semi di zucca.

**Ricetta di Kochen & Küche,**

[www.kochenundkueche.com](http://www.kochenundkueche.com) / Foto: Mani Hausler