

DOLCE ORSETTO



Dessert:
Crepes ripiena di Nutella, Panna Montata
Fragole e Frutti di Bosco

Ingredienti: (quantità per 4 Crepes di 13 cm di diametro)

Due crepes di circa 13 cm di diametro, 30 g di Nutella, 15 g di Panna Montata, 30 g di Fragole, 20 g di Zucchero a Velo, 5 g di Burro, 15 g di Granella di Mandorle. Per le Crepes: 65 g di Farina, 150 ml di Latte, 1 Uovo, 1 cucchiaino di Zucchero Vanigliato

Preparazione:

ritagliate le crepes, dopo averle farcite con la Nutella, dando loro la forma di Orsetto. Con l'aiuto di una bocchetta per pasticciare o una siringa per dolci riempita di cioccolato, delineate i contorni del muso, degli occhi e dell'orecchio. Riempire il muso con la granella di mandorle. Dopo aver scaldato i frutti di bosco con poco burro e poco zucchero formate i dettagli del cappello. Decorate con qualche fiocco di panna montata e qualche fragolina.

Ricetta per le Crepes: unire il latte e le uova con lo zucchero, aggiungere la farina avendo cura di mescolare energicamente per non formare grumi, lasciar riposare il composto per circa 30 minuti. Ungere leggermente una

Tabella Valori Nutrizionali

*	Porzione Singola
Energia (Kcal)	624
Glucidi (zuccheri)(gr)	77 (47)
Proteine (gr)	12,8
Lipidi (gr)	31,2
Fibra (gr)	3,2

* Vedi "Elementi Nutrizionali dell'Età Evolutiva"

padellina di circa 14 cm di diametro e versare il composto al centro della padella; girare fino a ricoprire il fondo della padella di composto e cuocere fino a quando la superficie della crepes non appare opaca, girare la crepes con l'aiuto di una paletta, quindi rovesciarla su un piatto in attesa di utilizzarla.

BUON APPETITO!