



Economia domestica/scuola media

Nome:

Pastella per knöpfli



Knöpfli al formaggio con pangrattato arrostito

per 4 persone

preparazione: ca. 45 minuti

lasciar riposare: ca. 30 minuti

impasto

400 g di farina

1 cucchiaino di sale

4 uova

2 dl d'acqua

1 cucchiaio di burro per arrostire, a piacimento

pangrattato arrostito

30–40 g di burro

50 g di pangrattato

100 g di Emmentaler DOP o Gruyère DOP, grattugiato

Preparazione

1 impasto: Mescolare farina e sale in una grande scodella.

Frullare le uova con l'acqua, aggiungerle alla farina. Con una spatola, lavorare energicamente la pastella, per renderla omogenea, fino a quando si formano bollicine in superficie. Lasciar riposare coperto, a temperatura ambiente, per 30 minuti.

2 Attraverso un setaccio per knöpfli, versare la pastella, per porzioni, in acqua salata bollente. Dopo 3–5 minuti, togliere i knöpfli dall'acqua bollente con l'aiuto di una schiumarola, lasciarli sgocciolare per bene, metterli in caldo. Se piace, si possono poi arrostiti un poco in padella, così da renderli leggermente croccanti.

3 pangrattato arrostito: far sciogliere il burro nella padella.

Aggiungere il pangrattato e arrostirlo a fuoco medio, per 2–3 minuti.

4 Disporre i knöpfli sui piatti, cospargere di pangrattato arrostito e di formaggio grattugiato.

Suggerimento

Servir avec de la compote de pommes ou du chou rouge.



I formaggi a pasta dura come l'Emmentaler DOP o il Gruyère DOP hanno un tenore di calcio particolarmente elevato. Una porzione di 40 g copre già un terzo del fabbisogno giornaliero di calcio.



Economia domestica/scuola media

Nome:

Pastella per knöpfli

Compito 1

Come preparare i knöpfli

Metti le immagini nell'ordine giusto, numerandole da 1 a 9.



Compito 2

Paragona la pastella per crespelle alla pastella per knöpfli

La preparazione delle due pastelle sembra identica. Ma c'è una differenza fondamentale. Quale?





Economia domestica/scuola media

Soluzione

Pastella per knöpfli

Compito 1

Come preparare i knöpfli



1



2



3



4



5



6



7



8



9

Compito 2

Paragona la pastella per crespelle alla pastella per knöpfli

crespelle: tutti gli ingredienti sono amalgamati con cura, per ottenere una pastella omogenea. Per essere sufficientemente morbida, la pastella dev'essere lavorata con delicatezza.

knöpfli: tutti gli ingredienti sono amalgamati energicamente. La pastella è lavorata con una spatola, fino a formare bollicine in superficie.