

Piadina alle mandorle piegata con prosciutto crudo

Ingredienti (1 piadina – padella 18–20 cm)

- 1 uovo medio a **temperatura ambiente**
- 30 g farina di mandorle **finissima, impalpabile**
- 15 g acqua naturale
- 5 g olio extravergine d'oliva
- 1 pizzico di sale

Farcitura:

- 30 g prosciutto crudo dolce
- 25 g formaggio morbido (stracchino o robiola)

Tutti gli ingredienti devono essere a temperatura ambiente.

Procedimento

1. In una ciotola mescolare uovo, acqua, olio e sale.
2. Aggiungere la farina di mandorle e mescolare fino a ottenere una pastella liscia, non liquida ma colante. Non frullare.
3. Scaldare una padella piccola leggermente unta.
4. Versare il composto e distribuirlo ruotando la padella.
5. Cuocere 2–3 minuti per lato a fiamma media-bassa.

La piadina deve restare morbida, non croccante.

6. Spegner il fuoco, farcire su metà superficie con formaggio e prosciutto.
7. Piegare a mezzaluna e lasciare un minuto in padella coperta per far ammorbidire il ripieno.

Metodo tecnico

La farina di mandorle deve essere **impalpabile**, non granulosa.

Se è troppo grossolana la piadina si rompe.

La fiamma deve essere medio-bassa per evitare che asciughi.

Valori nutrizionali (circa)

- Calorie: ~430 kcal
- Proteine: 23 g
- Grassi: 35 g
- Carboidrati: 4 g

