

Strudel aux épinards

Pâte à strudel

250 g de farine blanche
ou d'épeautre
 $\frac{3}{4}$ de c. à café de sel
1 œuf, battu
3 c. à soupe d'huile
5 c. à soupe d'eau tiède

mélanger dans un bol

ajouter, mélanger à l'aide d'une mouvette,
pétrir à la main. Etirer avec la paume de
la main, replier la pâte, recommencer
jusqu'à ce qu'elle soit souple. Rouler en
boule, couvrir avec le bol et laisser reposer
1 heure à température ambiante



Farce

2 c. à soupe de beurre ou de margarine
2 échalotes, finement hachées
2 gousses d'ail, pressées
250 g de champignons de Paris,
coupés en grosses lamelles
600 g d'épinards en branches,
surgelés
1 c. à café de sel
un peu de poivre et de muscade

chauffer dans une casserole

ajouter, étuver

ajouter, étuver

dégeler, essorer, ajouter, étuver rapidement

assaisonner, laisser refroidir

250 g de ricotta
4 c. à soupe de parmesan râpé

incorporer

Façonnage: abaisser la pâte en un grand rectangle sur peu de farine, poser sur un linge. Etendre la pâte du dos de la main (partir du milieu), jusqu'à ce qu'elle soit translucide (*photo 1*). Poser le linge, un des petits côtés devant soi.

30 g de beurre ou de margarine,
fondus
farce

badigeonner toute la pâte, réserver le reste

la répartir par-dessus laisser les bords et
le tiers supérieur libres

Enrouler le strudel depuis l'avant, sans serrer, en soulevant légèrement le linge (*photo 2*). Rabattre les extrémités, poser le strudel, coutures dessous, sur une plaque couverte de papier à pâtisserie, en le recourbant un peu en demi-lune.

reste de beurre ou de margarine pour badigeonner avant et après cuisson

Cuisson: 30 à 40 min au milieu du four préchauffé à 220 °C.

La recette est prévue pour 4–6 personnes.

1
Etirer la pâte du dos de la main en partant du milieu, jusqu'à ce qu'elle soit translucide



1

2
Recouvrir les $\frac{2}{3}$ de la pâte de farce, enrouler le strudel depuis l'avant, sans serrer, soulever légèrement le linge



2