

Pastel ricota y espinaca

Tipo de plato: Masas y Postres | Procedencia: Mesacamilla | Tiempo: 0 minutos |
Dificultad:

INGREDIENTES

Masa

400 gr Harina repostería
100 gr Margarina - light
2 cucharadita/s Levadura
250 gr Requesón - descremada
0,50 cucharadita/s Sal

Relleno

Pimienta negra
1 Pimiento - rojo
1 Pimiento - amarillo
3 cucharada/s Queso - rallado (con 12 de materia grasa)
400 gr Requesón - descremada
0,50 cucharadita/s Pimentón (Paprika)
Perejil - picado
Nuez moscada
2 cucharada/s Leche descremada - para pincelar
1 kg Espinacas - blanqueadas y sin tallos
4 Claras de huevo
60 ml Caldo de verdura
2 cucharada/s Ajos
Sal

ELABORACIÓN

MASA:

En un bol tamizar la harina, con la sal y el polvo de hornear. Agregar la margarina fría y desmenuzar todo con la punta de los dedos (o con la procesadora) hasta obtener un granulado fino.

Incorporar la ricota y formar una masa suave. Colocar la preparación en una bolsita, llevarla a la heladera y dejarla reposar mientras se prepara el relleno.

RELLENO

Cortar los pimientos en tiras finas y saltearlos en el caldo caliente hasta que se ablanden. Escurrir, espolvorear con ajo y perejil, sal y dejar enfriar.

Exprimir las espinacas y picarlas; añadir el queso rallado, dos claras, sal y pimienta y un toque de nuez moscada. Batir la ricota con las claras restantes y salpimentar a gusto.

Estirar las 3/4 partes de la masa, dándole forma redonda y utilizar para

Pastel ricota y espinaca - 2

fornar un molde para pastel de 24 cm de diámetro, previamente lubricado con rocío vegetal. Pinchar la masa con un tenedor.

Para armar el pastel, ubicar la mitad del relleno de espinacas sobre la masa, tapar con la mitad del preparado de ricota y cubrir con los pimientos y luego, agregar otra capa de ricota y una más de espinacas.

Extender el resto de la masa y repulgar el borde. Pincelar con la leche, espolvorear con el pimentón y cocinar en horno moderado durante 50 minutos. Servir tibio o frío.

Si lo desea, puede reemplazar la masa de ricota por un paquete de masa Light para pascualina.

1 porción

Calorías: 263.

Colesterol: 2 mg.