

LA PIADINA

La piadina può rappresentare un ottimo sostituto del pane. Si tratta di un alimento molto versatile che si presta ad essere farcito con molteplici ingredienti, per versioni anche vegetariane.

La ricetta originale romagnola prevede l'utilizzo dello strutto, ma per una versione più salutare è possibile farle in casa utilizzando dell'olio di oliva, oltre ad impiegare diverse tipologie di farina come ad esempio quella integrale oppure ai cereali o ancora al farro.

Come farcirle

Esistono svariati modi per farcire la piadina, sfruttando la fantasia e la creatività, alcuni esempi sono:

1. Salsa di avocado e salmone
2. Salsa di yogurt e rucola con bresaola
3. Hummus di ceci e verdure miste a listelle
4. Robiola di capra con verdura grigliata e insalata verde

Materiale libero per informazioni generali,
non costituisce consiglio medico

