



# allo spreco alimentare



## Gettare meno si può!

### Le buone ricette con gli avanzi

#### Malfatti

È una ricetta della tradizione lombarda e veneta, preferibilmente invernale.

#### Ingredienti

(4-6 persone)  
300 g circa di pane secco grattugiato  
2 uova  
800 g spinaci surgelati  
(oppure spinaci freschi o coste)  
150 g di grana padano grattugiato  
+ 50 circa per condire  
50-80 g di burro  
sale q.b.  
qualche foglia di salvia



#### Preparazione

Lessare per una decina di minuti gli spinaci surgelati in poca acqua bollente salata.

Scolateli (conservando la loro acqua di cottura), lasciateli raffreddare, poi strizzateli bene per fare uscire tutta l'acqua in eccesso e infine tritateli.

Amalgamate in una ciotola capiente il pane grattugiato, il formaggio, gli spinaci, un uovo, una presa di sale. Deve risultare un impasto morbido ma consistente (per poter formare i gnocchetti (se troppo asciutto aggiungere un po' di acqua di cottura messa da parte).

Quando l'impasto è pronto, formare a uno a uno i gnocchetti di circa 2 cm (dare una forma ovale) e sistemarli su una tovaglietta o un canovaccio da cucina pulito.

Portare a ebollizione abbondante acqua salata in una pentola.

Nel frattempo, in una padella sciogliere il burro con le foglie di salvia lavate e asciugate e farlo rosolare finché non imbriondisce.

Quando l'acqua bolle, versare i malfatti e non appena vengono a galla (come per gli gnocchi di patate) toglierli con un mestolo forato e versarli in un piatto da portata (tipo pirofila).

Cospargere bene i malfatti con burro fuso, cospargete di abbondante formaggio grattugiato e servire subito, ben caldi.