

CROSTINI DI POLENTA CON MERLUZZO MANTECATO

Ingredienti

- sale
- latte
- peperoncino in polvere
- 1 uovo
- erba cipollina
- pepe
- olio d'oliva (2 cucchiaini)
- Filetti di Merluzzo Findus
- polenta pronta (250g)

Come si prepara

Prendere la polenta già pronta o prepararla (vedi ricetta).

Tagliare la polenta a rombetti spessi un cm e farli grigliare velocemente su entrambi i lati.

Scongelare il merluzzo e farlo cuocere al vapore per due minuti prima di sistemarlo nel frullatore.

Aggiungere un tuorlo, sale e pepe e frullare, aggiungendo poi a filo, sempre frullando, il latte e l'olio.

Usare la crema così ottenuta per spalmarne i crostini di polenta.

Finire con l'erba cipollina e eventualmente un po' di peperoncino in polvere, se piace.

Difficoltà: 2

Tempo: 40

Gradimento: 4

Tabella nutrizionale

Valore energetico	239 kcal 1001 kJ
-------------------	---------------------

Tags





pesce, finger food, veloci, caldi, new, Filetti di Merluzzo Findus

