

SFORMATINI DI CAROTE

Ingredienti

- farina (40g)
- sale
- 3 uova
- latte (200ml)
- burro (60g)
- pangrattato
- 4 carote
- noce moscata
- Parmigiano Reggiano (40g)

Come si prepara

Pulite le carote e fatele lessare in acqua salata bollente, quindi scolatele, passatele con il passaverdure e successivamente con il setaccio.

Fate sciogliere in un tegame 30 g di burro, aggiungetevi la crema di carote e fate cuocere a fiamma vivace per 5 minuti.

Con il burro rimasto, la farina ed il latte preparate una besciamella densa (vedi ricetta), togliete dal fuoco, insaporite con sale e noce moscata.

Unitevi la crema di carote, il formaggio grattugiato e i tuorli di uovo. Amalgamate il tutto e lasciate intiepidire.

Montate a neve ferma gli albumi ed incorporateli al composto delicatamente mescolando dal basso verso l'alto.

Imburrate degli stampini, cospargeteli di pangrattato e versatevi il preparato di carote.

Fate cuocere a bagnomaria, nel forno preriscaldato a 180 gradi, per 40 minuti, poi servite tiepidi o freddi.

Difficoltà: 2

Tempo: 80



Tags

verdure, ortaggi, antipasti, bambini, primavera, Soufflè, vegetariano, Sformatini di carote, sformatini

