

SOUFFLÈ DI SCAROLA CON CREMA DI MERLUZZO

Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (6 cucchiaini)
- 0.25 dado da brodo
- 0.25 aglio
- sale
- 2 uova
- 1 cipolla
- burro (50gr)
- patate (150gr)
- 1 foglia d'alloro
- panna fresca da montare (100ml)
- 0.50 scalogno
- 1.50 scarola
- pepe nero
- Parmigiano Reggiano (30gr)
- Filetti di Merluzzo Findus (150gr)

Come si prepara

Soffriggere la scarola tagliata a pezzetti, insieme alla cipolla, in un misto di 4 cucchiaini d'olio e burro.

Aggiungere i dadini di patate tagliati piccolissimi e tutti uguali, e cuocere pochi minuti fino a che risulteranno morbidi.

Passarli al mixer ricavandone una consistente purea verde alla quale amalgamare la panna fresca, leggermente montata, il formaggio grattugiato al momento, i tuorli, gli albumi montati a neve fermissima, sale e pepe.

Versare questo composto negli stampini individuali e cuocere a bagnomaria in forno preriscaldato a 130 gradi per 30 minuti.

Nel frattempo lessare i filetti di merluzzo per 5 minuti in acqua bollente.

Soffriggere in due cucchiaini d'olio, uno spicchio d'aglio e lo scalogno, aggiungere l'alloro e i filetti di merluzzo lessati, aggiungere un quarto di dado e 100 ml di acqua calda e far bollire per 5 minuti o comunque fino a che si sarà ritirato il brodo.

Frullare il tutto, passarlo al setaccio fine e, con la crema ottenuta, nappare i piatti su cui sformare i soufflè di scarola.

Difficoltà: 3

Tempo: 50

Tabella nutrizionale

Valore energetico	169 kcal 708 kJ
-------------------	--------------------

Tags

foto, ortaggi, occasioni speciali, surgelati, sformati, timballi, new, feste, tradizionale, mediterraneo

