



IL RECUPERO: SFORMATO DI FINOCCHI CON CAROTA E GAMBI DI BIETOLA

Ingredienti

Parte esterna di 4 finocchi
Parte interna di 4 carote
Gambi di 10 bietole
50 gr. di scamorza fresca
40 gr. di mollica di pane
1 uovo
1 spicchio di aglio
50 gr. di pecorino fresco
Olio, sale e pepe q.b.

Procedimento

Lavare gli ortaggi e sbollentarli separatamente per pochi minuti in acqua bollente non salata.
Raffreddarli subito in acqua e ghiaccio, scolare e tagliare a cubetti.
Unire il tutto e saltare in padella antiaderente con aglio e olio evo.

Far raffreddare, unire con scamorza, uovo, pecorino e mollica di pane, correggere con olio, sale e pepe.

Riempire con il composto gli stampini di alluminio unti di olio evo.

Infornare per circa 20 minuti.