

Maggio - n° 5 - 2018

Anno 22 - Mensile - P.I. 7/4/2018 - Poste Italiane Spa - Spedizione in abbonamento
Postale D.L. 353/2003 (conv. In L. 27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 1, LO/MI

1,60

Cucinare

bene

TRIONFO dolce



Cheese cake
con nespole
e pistacchi

Gusto delicato
nei **primi**

- Pollo al sale affumicato • Pranzo all'aperto • Polpette vegetariane
- Asparagi e nespole fonte di salute • Fiori di zucca in tavola





vegetariano

Secondo piatto	
calorie	290
g	1,05
per porz.	

Tortilla

Facile Prep. 30 min. Cott. 45 min.

Ingredienti per 6

•patate novelle 800 g •cipolla 1 •aglio 1 spicchio •pomodori secchi sott'olio 80 g •olive verdi snocciolate 60 g •capperi sott'aceto 2 cucchiai •olio extravergine di oliva 2 cucchiai •sale e pepe •uova 8 •panna liquida 4 cucchiai •Parmigiano Reggiano grattugiato 50 g •basilico fresco tritato 2 cucchiai

1. Cuocete circa 15 minuti in acqua salata le patate lavate, scolatele molto al dente. •Fatele raffreddare e tagliatele a fette. •Tritate finemente l'aglio e la cipolla; fate sgocciolare i pomodori,

le olive e i capperi. •Tritate i pomodori e tagliate a fettine le olive. •Preriscaldate il forno a 200°.

2. Fate rosolare nell'olio l'aglio e la cipolla, in una padella antiaderente (che possa andare anche in forno). •Fate dorare le patate, cuocendole 10 minuti circa e rigirandole continuamente. •Salate, pepate e aggiungete i pomodori, le olive e i capperi, mescolate bene. •Sbattete le uova con il formaggio e la panna, versatele sulle patate. •Infornate e cuocete 20 minuti circa. •Sfornate, spolverizzate con il basilico e servite la tortilla calda o appena tiepida.

Risultati perfetti



1. L'Olio extravergine di oliva Bio di F.lli Carli, dal gusto armonico, è perfetto per i piatti di verdura (www.carli.com). **2.** Le patate novelle Selenella, coltivate in Sicilia, si prestano a tante preparazioni diverse.