

FLAN DI PISELLINI, FAVE E RICOTTA

Salsa leggera di porri

Ingredienti per 8 persone:

- 250 g pisellini finissimi
- 250 g di fave
- 80 g ricotta freschissima
- 4 uova intere
- sale circa 10 / 12 g
- 1 porro
- 100 ml kefir naturale
- olio extra vergine
- 100 g pangrattato
- 8 stampini in alluminio usa e getta da 10 cl

Procedimento 30 MIN:

Sbollentare in acqua bollente i piselli e le fave per 3 minuti dalla ripresa del bollore; non serve salare l'acqua. Scolare e raffreddare immediatamente in acqua fredda; così facendo i colori dei legumi rimarranno brillanti.

Mettere da parte.

Tagliare il porro, lavarlo accuratamente e procedere come per i piselli e le fave.

Mettere da parte.

In un contenitore capiente posizionare i legumi (piselli e fave), le uova e la ricotta.

Salare e aromatizzare a piacere.

Frullare il tutto sino a formare una crema densa.

Ora pennellare con olio extra l'interno degli stampini e passarli nel pangrattato avendo cura di far aderire uniformemente il pangrattato alle pareti.

Versare la crema frullata negli stampini non superando i 2/3 della capacità.

Cuoceteli in forno caldo ventilato a 160° per 24 minuti circa.

Frullare il porro aggiungendo un cucchiaio di olio, sale e il kefir naturale.

Passare al setaccio la crema per ottenere una salsa delicata e liscia.

(assaggiare e mettere a posto di sale)

Sfornare i flan, posizionarli nel piatto di portata e condire con parte della salsa di porro.