



ASSOCIAZIONE MICOLOGICA BRESADOLA



GRUPPO MICOLOGICO CARLO VITTADINI - SEGRATE

## Frittata cebana

### Ingredienti:

Per ogni uovo una foglia di erba San Pietro.

Un misto di erbe spontanee ed aromatiche a piacere da cuocersi, quali:

- Ortica.
- Cime di luppolo.
- Borragine.
- Spinaci selvatici.
- Silene.
- Salvia pratensis.

Tra quelle da utilizzarsi crude:

- Maggiorana.
- Timo.
- Origano.
- Rucola.
- Menta.
- Prezzemolo.
- Rosmarino.
- Salvia.

### Preparazione:

Cuocere nella stessa acqua a rotazione, facendo in modo che si asciughi quasi completamente, tutte le erbe del primo gruppo.

Quindi strizzarle e tritarle.

Tritare anche le erbe crude insieme alle foglie di erba San Pietro.

Sbattere le uova con il sale, poco latte e un po' di formaggio grana.

Unire il trito di erbe cotte e crude e friggere con olio evo.

Nonno Lucio