



ASSOCIAZIONE MICOLOGICA BRESADOLA



GRUPPO MICOLOGICO CARLO VITTADINI - SEGRATE

ANTIPASTI E INTERMEZZI

Frittatine cebane all'erba pera

NARRIAMO LE
NOSTRE CENE

INGREDIENTI:

3 uova.

4 cucchiaini di formaggio raschera stagionato grattugiato.

2 cucchiaini di latte fresco intero.

Olio extravergine di oliva.

Sale.

Pepe nero.

Un misto di erbe aromatiche, orticole e spontanee (in particolare, cime di ortica e di silene, buonenrico, borragine, lattuga, serpillo, origano fresco, maggiorana, salvia, prezzemolo, poca menta e poco basilico).

Erba pera (erba di S. Pietro).

PREPARAZIONE

Lavate le erbe non aromatiche e mettetele tutte insieme senza scolarle in una casseruola, salate, coprite e cuocetele per pochi minuti. A cottura ultimata scolatele e strizzatele accuratamente in modo da eliminare l'acqua; quindi tritatele insieme all'erba di S. Pietro e alle altre aromatiche. Sbattete accuratamente le uova con il latte, il formaggio e sale, aggiungete le erbe tritate continuando a mescolare.

Versate in un tegame piccolo l'olio, scaldatelo senza farlo friggere, aggiungete uno strato molto sottile di composto e portatelo a cottura (la superficie deve risultare ben dorata ma morbida), avendo cura di capovolgere ogni frittatina perché cuocia bene su entrambe le parti. Ripetete l'operazione fino a terminare tutto il composto. Debbono saltar fuori delle frittatine alte non più di 3/4 mm.

EDIZIONE
IDEA NATURA
MILANO