

RICETTE DELLA SETTIMANA :

Asparagi

Asparagi impanati

Ingredienti:

Olio di semi
pane grattugiato
uova
asparagi



FACILE 😊

– Trattateli come una cotoletta, immergete nell' uovo sbattuto le punte lessate, passatele nel pangrattato e friggetele in abbondante olio caldo.

Avrete un antipasto sfizioso.



MENG  **ZZI**
AZIENDA AGRICOLA BIOLOGICA

Asparagi al gratin

Ingredienti:

2 mazzi di asparagi
30 g di farina
35 g di burro
3 dl di latte
100 g di formaggio a piacere
20 g di grana padano grattugiato
un dl di panna
noce moscata
sale



MEDIA
DIFFICOLTA'



- Mettere a Sciogliete piano 30 g di burro in una casseruola, unite la farina e mescolate. Cuocete per qualche minuto, unite il latte freddo e cuocete a fuoco basso per 7-8 minuti, mescolando, fino a ottenere una salsa leggermente addensata; poi unite la panna. Grattugiate il formaggio e incorporatelo alla besciamella con metà del grana, una grattata di noce moscata e sale. Eliminate la parte dura del gambo degli asparagi e lavate le punte. Disponete il cestello per la cottura al vapore in una casseruola, riempite con acqua sufficiente a sfiorare il fondo del cestello, portate a bollore, coprite e cuocete gli asparagi per 5-6 minuti. Toglieteli dal fuoco e salateli. Imburrate una pirofila ovale con il burro rimasto, disponetevi gli asparagi e copriteli con la besciamella. Spolverizzate con il grana rimasto e cuocete in forno caldo a 220° per 20 minuti.



MENG  **ZZI**
AZIENDA AGRICOLA BIOLOGICA