

Frittata nel bicchiere - Tempo 28 min - Difficoltà Facile - Calorie 140 - Cottura In padella

Categoria : Antipasto

Pubblicato da [G.P.](#) in 16/11/2010

Categoria Antipasto - Tempo 28 min - Difficoltà Facile - Calorie 140 - Cottura In padella - Frittata nel bicchiere -

Frittata nel bicchiere

■ Categoria Antipasto ■
■ Difficoltà Facile ■
■ Ponte Salvo 2009 ■

Ingredienti

- >Arachidi crude 1 cucchiaino
- >Erba cipollina fresca
- >Limoni 1 numero
- >Menta fresca
- >Olio di oliva extravergine
- >Parmigiano 1 cucchiaino
- >Sale
- >Scamorza affumicata 1/2 numero
- >Timo 1 rametto
- >Uova 3 numero
- >Pomodori ramati 4 numero
- >Tabasco
- >Basilico fresco 2 mazzetto

Preparazione

3 uova -

un cucchiaino di parmigiano reggiano grattugiato -

un mazzetto di menta e basilico -

mezza scamorza affumicata -

olio -

sale

Per la salsa rossa:

4 pomodori ramati maturi -

6 foglie di basilico -

un rametto di timo -

olio -

salsa Tabasco

Per la salsa verde: un mazzetto di basilico -

qualche filo d'erba cipollina -

il succo di un limone -

un cucchiaio di arachidi -

olio

1) Preparate la salsa rossa: incidete i pomodori con un coltello, immergeteli per pochi secondi in acqua in ebollizione, scolateli, pelateli ed eliminate i semi. Frullate la polpa dei pomodori con il basilico, il timo, 3 cucchiari di olio e qualche goccia di Tabasco fino a ottenere una salsa fluida: travasatela in una ciotola e conservatela al fresco.

2) Preparate la salsa verde: lavate il basilico, asciugatelo e frullate le foglie con le arachidi, l'erba cipollina, 4 cucchiari di olio e il succo di limone fino a ottenere una crema densa.

3) Sbattete le uova in una ciotola con il parmigiano, le erbe aromatiche tritate e un pizzico di sale. Versate il composto in una

padella unta d'olio, cuocete la frittata sui 2 lati per 7-8 minuti e tagliatela a quadrotti. Versate sul fondo di 6 bicchieri la salsa di pomodoro, aggiungete i quadrotti di frittata, una rondella di scamorza e ultimate con la salsa verde.

