



## Sformatino di carote, uova e ricotta con salsiccia sbriciolata

### INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- |                               |                                  |
|-------------------------------|----------------------------------|
| 1 uovo e 1 tuorlo             | 1/2 cucchiaino di noce moscata   |
| 200 g di ricotta              | 2 cucchiari di farina            |
| 400 g di <b>carote</b>        | 120 g di salsiccia               |
| 1 <b>scalogno</b>             | sale e pepe                      |
| 1 bustina di <b>zafferano</b> | <b>olio extravergine d'oliva</b> |



### PREPARAZIONE

Preparazione: 35 minuti    Cottura: 30 minuti

- Scalda il forno.
- Pulisci le carote, tagliale a pezzi piccoli e lessale in poca acqua.
- Trita grossolanamente lo scalogno, fallo imbiondire in padella con un filo d'olio e frullalo bene a crema insieme alle carote.
- Sbatti l'uovo intero e il tuorlo con del sale, unisci la ricotta setacciata.
- Aggiungi al composto lo zafferano in polvere e una grattata di noce moscata; regola di sale e pepe.
- Unisci le carote raffreddate al composto di ricotta.
- Aggiungi la farina e amalgama bene tutti gli ingredienti.
- Imburra degli stampini monoporzione oppure uno stampo più grande di circa 20x15 centimetri. Cospargi con pangrattato tritato finemente e versa il composto. Livella, aggiungi uno strato sottile di pangrattato e un filo d'olio in superficie.
- Cuoci a 250°C per circa 30 minuti nel caso dello stampo grande, 20 per quelli piccoli.
- Mentre gli sformati sono in forno, cuoci in padella una salsiccia privata della pelle esterna, senza grassi. Schiaccia bene con la forchetta in modo che la carne si separi.
- Servi i tortini tiepidi con la salsiccia posta sopra o di fianco.

### LO SAI CHE?

Questo sformato, dalla consistenza simile ad un budino, ma ancora più morbido, risponde a tutte le caratteristiche di chi soffre di problemi orali perché facile da masticare, vellutato e morbido in bocca.

La salsiccia può essere sostituita con una salsa di gorgonzola e broccoli frullati, oppure con del prosciutto cotto tritato finemente.

Le carote, che hanno un colore intenso e un sapore delicato si abbinano bene alla salsiccia.

Promossa da



In collaborazione con



Realizzato con il sostegno non condizionato di

