

D al C entro,

i carciofi alla romanesca diventano...

Sformato di carciofi su fonduta di Pecorino Romano con olio alla menta e tegolina di Pecorino”

Ingredienti per 4 persone

Per il flan: 300 g di carciofi, 1,5 dl di crema di latte, 2 uova, 10 ml di olio extra vergine di oliva, 1 spicchio di aglio, 0.5 dl di vino bianco, 20 g di burro, sale, pepe bianco.

Per la fonduta: 100 g di Pecorino Romano, 1 dl di crema di latte, pepe bianco.

Per l'olio alla menta: 50 ml di olio extra vergine di oliva, 50 g di menta.

Per decorare: 50 g di pecorino, 100 g carciofi, 50 g di farina "00", 3 dl di olio di semi di arachidi, sale.

Procedimento

Pulire i carciofi, lavarli accuratamente, affettarli sottilmente e farli saltare in una padella dove siano stati scaldati l'olio e lo spicchio di aglio in camicia. Appena rosolati sfumare con il vino bianco, lasciar evaporare, incoperchiare e portare a cottura a fuoco basso. A fine cottura eliminare l'aglio, frullare i carciofi e aggiungervi la crema di latte e le uova già sbattute. Regolare di sale e pepe e versare il composto in stampini imburrati. Cuocere in forno preriscaldato a 180° C a bagnomaria per 20 minuti.

Preparare la fonduta: far scaldare a fuoco basso la crema di latte, aggiungere il Pecorino Romano grattugiato e far sciogliere completamente. Profumare la fonduta con pepe bianco macinato di fresco.

Preparare l'olio: lavare accuratamente la menta e metterla ad asciugare su un canovaccio pulito. Appena asciutta porre le foglie di menta in un frullatore, aggiungervi l'olio extra vergine di oliva e frullare.

Affettare i restanti carciofi, infarinarli e friggerli in olio di semi di arachidi bollente; appena dorati scolare, far asciugare su carta assorbente e salare. Con l'aiuto di una padella antiaderente ben calda preparare delle cialde di Pecorino Romano.

Versare la fonduta al centro del piatto la fonduta, adagiarvi sopra lo sformato, completare con le chips di carciofi, la cialda di pecorino e un filo di olio alla menta.

Calcolo calorico per porzione

Ingredienti	Peso lordo	Peso edibile	Protidi	Glucidi	Lipidi	Kcal
Carciofi	100 g	34.00	0.91	0.85	0.06	7.48
Crema di latte	67 ml	67.00	1.54	2.27	23.45	225.79

Uova	35 g	30.45	3.77	Tracce	2.64	38.97
Olio di semi di arachidi	10 ml	10.00	/	/	9.90	89.90
Burro	5 g	5.00	0.04	0.05	4.17	37.90
Pecorino Romano	37 g	37.00	9.62	0.66	12.24	151.33
Farina "00"	8 g	8.00	0.88	6.18	0.05	27.20
Vino bianco	13 ml	13.00	Tracce	/	Tracce	9.10
Olio extra vergine	15 ml	15.00	/	/	14.98	134.67
TOTALE	290 g	219.45	16.76	10.01	67.49	722.34

Champagne
Piper Heidsieck Rosé Sauvage

Un vino dagli accenti magici e delicati. Questo champagne esprime uno spirito di giovinezza e di vigore ma anche di tenerezza e di serenità. Questo vino si distingue poiché, al tradizionale spirito d'assemblaggio della Cuveé Brut, si aggiunge una parte di vino rosso champenois che dona il colore e il sapore fruttato.

Le caratteristiche essenziali, conferitegli da una lenta maturazione di almeno 30 mesi nelle cantine di gesso di Piper Heidsieck, fanno di questo vino l'ideale sposo per il piatto proposto.