



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE003441 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 14 Dic 2020 alle ore 09:00

da RITA DEL CASTILLO

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate, Autunno, Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Leggero

Timballo Vegetariano

Dischi di frittata di verdure spontanee, riso basmati e zucca rossa stufata

Tempo di preparazione: 2 ore

Ingredienti per 4 persone

Dischi di verdure spontanee e uovo :

8-10 Uova

Q.b. Verdure spontanee miste

Q.b. Olio extravergine d'oliva

Q.b. Sale e pepe

200 g Riso basmati

Q.b. Sale

Zucca rossa sfumata al rosmarino:

500 g Zucca rossa

2 Rametti di rosmarino

Q.b. Olio extravergine d'oliva

1 Spicchio di aglio

Preparazione

Cuocere in abbondante acqua salata le verdure spontanee e scolarle.

In una padella antiaderente versare dell'olio extravergine di oliva e aggiungere le verdure precedente cotte e tagliate a pezzetti, aggiungere le uova e continuare la cottura facendo rassodare le uova, dopo di che fare raffreddare e ritagliare 8 cerchi aiutandovi con un coppapasta .

Cuocere il riso basmati in abbondante acqua salata e scolare.

In una casseruola fare un soffritto con olio extravergine d'oliva e uno spicchio d'aglio, appena imbondito aggiungere la zucca rossa tagliata a cubetti piccoli e cuocere a fuoco lento, aggiungere sale, pepe e rosmarino.

Assemblare il timballino: posizionando il coppapasta in un piatto inserire un disco di frittata di verdure sul fondo, poi a seguire due/ tre cucchiaini di riso basmati, poi dei cucchiaini di zucca rossa e poi un altro disco di frittata per chiudere il tutto, per guarnire un cucchiaino di zucca sopra e facendo attenzione sfilare il coppapasta .