

SFORMATI, SOUFFLÉ E TERRINE



CREA IL TUO
MENU CON
UN CLICK 

17

edimedia 



SFORMATI, SOUFFLÉ E TERRINE

Ricette di Margherita Pini

© 2014 Edimedia di Fabio Filippi e C. Sas
via Orcagna 66, 50121 Firenze
www.edimediafirenze.it
info@edimediafirenze.it
ISBN: 97888-6758-086-6

edimedia



24
LIBRI
RICETTE

GRATUITI

- 1 Pane, Pizze, Focacce e Calzoni
- 2 Antipasti caldi
- 3 Antipasti freddi
- 4 Bruschette, Crostoni e Panini
- 5 Pasta con sughi di Carne e Pesce
- 6 Pasta speedy
- 7 Zuppe, Minestre e Minestrone
- 8 Pasta al forno
- 9 Riso e Risotti
- 10 Insalate di Pasta, Riso e Cereali
- 11 Pesce al forno, fritto e alla griglia
- 12 Pesce in padella e Zuppe di pesce
- 13 Carni di Manzo, Vitello e Maiale
- 14 Carni di Pollo, Tacchino e Coniglio
- 15 Piatti di Verdure e Contorni
- 16 Torte salate, Crostate e Strudel
- 17 Sformati, Soufflé e Terrine
- 18 Crudità, Insalate e Insalatone
- 19 Uova, Frittate e Crêpes salate
- 20 Torte e Ciambelle
- 21 Crostate, Crêpes e Strudel dolci
- 22 Dolci al cucchiaio
- 23 Biscotti, Muffins e Dolcetti
- 24 Frutta, Yogurt e Cereali



COLLEGATI A
SPADELLANDIA.IT



Selezionando le ricette che trovi sui nostri 24 volumi potrai costruire **GRATUITAMENTE** e con un semplice **CLICK** i tuoi menu personalizzati e la lista della spesa da stampare e portare con te!



1 Terrina profumata di pesce e capesante

🕒 30 min. 🍳 10 min. + 3 h



Ingredienti

- ▶ 600 g di merluzzo
- ▶ 200 g di capesante sguosciate
- ▶ 1 carota
- ▶ 1 gambo di sedano
- ▶ 40 g di pomodori secchi sottolio
- ▶ 1 dl di panna fresca
- ▶ 8 g di gelatina in fogli
- ▶ 1 limone
- ▶ alloro
- ▶ aneto
- ▶ peperoncino
- ▶ burro
- ▶ sale

● Sciacquate il merluzzo e mettetelo a cuocere per 10 minuti in acqua bollente con foglie di alloro, la carota, il sedano e una scorzetta di limone. Scolate il pesce e conservate un bicchiere abbondante del brodo filtrato, quindi pulite il pesce in modo da ricavarne la polpa. Cuocete le capesante per pochi minuti in una padella con una noce di burro.

● Mettete in ammollo i fogli di gelatina per 10 minuti, poi strizzateli e fateli sciogliere nel brodo di pesce. Versate metà composto in uno stampo rettangolare e fatelo solidificare in freezer.

● Frullate le capesante insieme alla polpa di pesce e ai pomodori secchi; condite il composto con il succo di limone, regolate di sale e peperoncino e profumate con un ciuffo di aneto tritato. Infine unite la panna montata e la gelatina.

● Prelevate lo stampo dal freezer, versatevi il composto di pesce e lasciate solidificare in frigo per almeno 3 ore.

Sformati, soufflé e terrine





2 Tortino di bietola e noci in salsa di pomodoro

🕒 35 min. 🍳 35 min.



Ingredienti

- ▶ 800 g di bietole
- ▶ 120 g di noci sgusciate
- ▶ 200 g di ricotta
- ▶ 2 uova
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

Per la salsa:

- ▶ 400 g di polpa di pomodoro
- ▶ 1 scalogno
- ▶ prezzemolo
- ▶ peperoncino
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale

● Mondate le bietole eliminando le parti più dure, poi lessatele in acqua salata, scolatele, strizzatele e fatele insaporire in padella con una noce di burro.

● In una terrina mescolate le bietole tritate con la ricotta; non appena il composto sarà freddo, unite il parmigiano, le uova, le noci sgusciate e tritate (lasciatene qualcuna da parte per guarnire il piatto). Salate e pepate.

● Imburrate 4 stampini monoporzione e versatevi il composto. Cuocete in forno caldo a 200°C per 20 minuti circa.

● Nel frattempo preparate la salsa: rosolate in padella lo scalogno tritato, unite la polpa di pomodoro, salate, aggiungete un pizzico di peperoncino e cuocete per 15 minuti. A fine cottura spolverate con un ciuffo di prezzemolo tritato. Disponete i tortini nei piatti accompagnando con la salsa di pomodoro e guarnendo con le noci messe da parte.



Sformati, soufflé e terrine



3 Sformato di patate alle erbe aromatiche

🕒 25 min. 🕒 1 h e 10 min.



Ingredienti

- ▶ 1 kg di patate
- ▶ 100 g di provola
- ▶ 40 g di funghi porcini secchi
- ▶ 2 uova
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 60 g di pangrattato
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ basilico
- ▶ timo
- ▶ salvia
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Lessate le patate in abbondante acqua salata per circa 30 minuti, o fino a che non risulteranno morbide. Nel frattempo mettete i funghi in acqua tiepida e lasciateli rinvenire.

● Sbucciate le patate e tagliatele a fettine sottili, quindi passatele in una padella dove avrete fatto fondere un pezzo di burro, regolatele di sale e di pepe e lasciatele rosolare per 10 minuti ancora. A parte cuocete i funghi tritati insieme a un filo d'olio e lo spicchio d'aglio.

● In una ciotola lavorate le uova con metà del pangrattato e del parmigiano, la provola a dadini e un trito di basilico, timo e salvia. Aggiungete le patate e i funghi, regolate di sale e di pepe e mescolate con cura.

● Versate il composto in una pirofila imburrata, livellate la superficie e spolveratela con il pangrattato e il parmigiano rimasti e qualche fiocco di burro. Cuocete per 30 minuti in forno a 180°C.

Sformati, soufflé e terrine





4 Muffin ai porri e dadini di prosciutto

🕒 20 min. 🍳 30 min.



Ingredienti

- ▶ 240 g di farina
- ▶ 1 porro
- ▶ 120 g di prosciutto cotto a dadini
- ▶ 2 dl di latte
- ▶ 2 uova
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 40 g di burro
- ▶ 1 bustina di lievito per torte salate
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

- Mondate il porro e affettatelo sottilmente, quindi passatelo in una padella con un filo d'olio, condite con un pizzico di sale e di pepe e lasciate rosolare per circa 10 minuti, o fino a che il porro non si sarà ammorbidito.

- In una ciotola lavorate le uova leggermente sbattute con il burro ammorbidito e il latte; in un'altra terrina amalgamate la farina con il parmigiano, il prosciutto e i porri.

- Unite i due composti, regolate di sale e pepe, infine aggiungete il lievito e mescolate con delicatezza.

- Distribuite il composto negli stampini imburrati, in modo tale che l'impasto arrivi a circa 2/3 dell'altezza dello stampino.

- Mettete in forno preriscaldato a 180°C e cuocete per circa 20 minuti.



Sfornati, soufflé e terrine



5 Sformatini di carote su letto di asparagi

🕒 35 min. 🍳 35 min.



Ingredienti

- ▶ 400 g di patate
- ▶ 400 g di carote
- ▶ 1 scalogno
- ▶ 2 dl di besciamella
- ▶ 2 uova
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ noce moscata
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

Per accompagnare:

- ▶ 1 mazzetto di asparagi
- ▶ 60 g di pinoli
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Lessate le carote pelate in acqua bollente salata per circa 20 minuti; lessate anche le patate in acqua leggermente salata per lo stesso tempo.

● Mondate gli asparagi eliminando la parte dura dei gambi e cuoceteli in acqua salata con le punte rivolte verso l'alto per 15 minuti; quindi scolateli.

● Sbucciate e tagliate a cubetti le patate e affettate le carote; versate entrambe le verdure in una padella dove avrete fatto appassire lo scalogno in una noce di burro. Regolate di sale e pepe, quindi frullate in modo da ottenere una crema.

● Unite alla crema la besciamella, le uova, il parmigiano e la noce moscata, mescolate bene e trasferite il composto negli stampini imburattati. Cuocete in forno caldo a 200°C per circa 20 minuti.

● Servite gli sformatini su un letto di asparagi conditi con i pinoli, che avrete tostato leggermente nel burro e condito con un pizzico di sale e di pepe.

Sformati, soufflé e terrine





6 Mini cheesecake gorgonzola e verdure

🕒 40 min. 🍳 10 min. + 2 h



Ingredienti

- ▶ 100 g di gorgonzola dolce
- ▶ 100 g di formaggio fresco cremoso
- ▶ 200 g di yogurt greco
- ▶ 0,4 dl di latte
- ▶ 8 g di gelatina in fogli
- ▶ 80 g di crackers
- ▶ 2 carote
- ▶ 2 zucchine
- ▶ 1/2 cipolla
- ▶ basilico
- ▶ 40 g di burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mondate le zucchine e le carote, tagliate a dadini e versatele in una padella dove avrete fatto appassire la cipolla tritata. Salate, pepate, unite qualche foglia di basilico e lasciate stufare per 10 minuti. A cottura ultimata frullate circa 1/5 delle verdure lasciando da parte le altre.

● Frullate i crackers, unite il burro ammorbidito a temperatura ambiente, una presa di sale e di pepe e mescolate; versate il composto sul fondo degli stampini, pressate bene e lasciate riposare in frigo.

● Mettete in ammollo la gelatina in acqua fredda, poi stemperatela nel latte caldo; in una ciotola amalgamate il gorgonzola a cubetti, il formaggio fresco e lo yogurt, quindi unite il latte con la gelatina e le verdure frullate, regolate di sale e pepe e mescolate bene. Versate il composto negli stampini livellando la superficie e lasciateli riposare in frigorifero per almeno 2 ore. Servite accompagnando con la dadolata di verdure.

Sformati, soufflé e terrine





7 Sformatini di nasello e carciofi in salsa gialla

🕒 20 min. 🍳 30 min.



Ingredienti

- ▶ 400 g di filetti di nasello
- ▶ 4 carciofi
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 dl di besciamella
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 1 limone
- ▶ 40 g di pangrattato
- ▶ erba cipollina
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

Per la salsa

- ▶ 10 g di brodo granulare vegetale (per 5 dl di brodo)
- ▶ 1 uovo
- ▶ 2 bustine di zafferano
- ▶ 20 g di farina
- ▶ 80 g di burro
- ▶ erba cipollina
- ▶ sale

● Mondate i carciofi e affettateli, immergendoli via via in una ciotola con acqua e succo di limone. Lessateli per 10 minuti, frullateli, lasciandone alcuni interi. In una padella con una noce di burro cuocete il pesce a dadini, salate, pepate e portate a cottura; unite i carciofi e fate insaporire per pochi minuti; infine spolverate con erba cipollina tritata.

● In una terrina lavorate i tuorli con la besciamella e il parmigiano, unite il composto di nasello e carciofi, salate e pepate; aggiungete gli albumi montati a neve con un pizzico di sale.

● Ungete gli stampini con burro e spolverateli del pangrattato. Versate il composto, coprite con il pangrattato rimasto e infornate a 180°C per 20 minuti.

● Preparate la salsa: stemperate nel brodo ben caldo zafferano e burro; unite il tuorlo e la farina, mescolate e lasciate addensare per 10 minuti sul fuoco; infine guarnite con erba cipollina tritata.



Sformati, soufflé e terrine



8 Soufflé spumoso ai tre formaggi

🕒 25 min. 🍰 30 min.



Ingredienti

- ▶ 180 g di groviera
- ▶ 100 g di emmental
- ▶ 100 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 60 g di farina
- ▶ 2,4 dl di latte
- ▶ 4 uova
- ▶ noce moscata
- ▶ 50 g di burro
- ▶ sale, pepe

● In una casseruola fate fondere il burro a fiamma bassissima, quindi incorporate gradualmente la farina. Versate anche il latte, regolate di sale e di pepe e profumate con un pizzico di noce moscata.

● Trasferite il composto in una terrina e aggiungete i formaggi grattugiati e i tuorli, mescolando bene. Incorporate gli albumi montati a neve ben ferma con un pizzico di sale e amalgamate con delicatezza dall'alto verso il basso, così da non smontare il composto.

● Imburrate gli stampini e versatevi il composto, in modo tale che l'impasto arrivi a circa 2/3 della loro altezza. Trasferite gli stampi nel forno ben caldo a 160°C e fate cuocere per circa 30 minuti, avendo cura di non aprire mai il forno durante la cottura.

● A cottura ultimata lasciate riposare in forno per qualche minuto e portate subito in tavola.

Sformati, soufflé e terrine





9 Plum cake soffice carote e Montasio

🕒 15 min. 🕒 45 min.



Ingredienti

- ▶ 200 g di carote
- ▶ 120 g di Montasio
- ▶ 200 g di ricotta
- ▶ 240 g di farina
- ▶ 2 uova
- ▶ 1,2 dl di latte
- ▶ 1 cipollotto
- ▶ 1 bustina di lievito per torte salate
- ▶ salvia
- ▶ timo
- ▶ 1,2 dl di olio di semi
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Pelate le carote, sciacquatele e riducetele a pezzi molto piccoli; mondate il cipollotto e tritatelo. In una padella con un filo d'olio fate rosolare il cipollotto, poi unite le carote e lasciate cuocere per 4-5 minuti; regolate di sale e pepe, unite un battuto fine di salvia e timo e togliete dal fuoco.

● In una ciotola mescolate la ricotta, il latte, l'olio di semi, le uova e un pizzico di sale. Quindi incorporate la farina a pioggia, mescolando bene. Aggiungete il Montasio grattugiato, le carote e infine il lievito e amalgamate con cura.

● Versate il composto in uno stampo da plum cake imburato e infarinato e cuocete in forno già caldo a 180°C per circa 40 minuti. Sfnate e lasciate intiepidire prima di servire.



Sformati, soufflé e terrine



10 Soufflé al formaggio aromatizzato al basilico

🕒 25 min. 🍳 30 min.



Ingredienti

- 200 g di formaggio fresco cremoso
- 2 uova
- 30 g di farina
- 20 g di pinoli
- basilico
- paprica dolce
- burro
- olio extravergine d'oliva
- sale, pepe

● Tritate finemente le foglie di basilico con i pinoli e un filo d'olio. In una terrina versate le uova, mettendo da parte gli albumi, e lavoratele incorporando il formaggio cremoso. Unite gradualmente la farina, un pizzico di sale e di paprica e il trito di basilico e pinoli.

● Montate gli albumi a neve ben ferma con un pizzico di sale e uniteli al composto, mescolando con delicatezza dall'alto verso il basso, per evitare che si smonti.

● Versate il composto in uno stampo imburrato e mettete in forno caldo a 200°C. Lasciate cuocere a questa temperatura per 25 minuti, senza mai aprire il forno, quindi abbassate a 180°C e proseguite la cottura per altri 5 minuti.

● A cottura ultimata lasciate riposare il soufflé in forno per pochi minuti, quindi portatelo subito in tavola guarnendolo con foglioline di basilico.



Sformati, soufflé e terrine



11 Soufflé raffinato al salmone e aromi

🕒 25 min. 🍳 30 min.



Ingredienti

- ▶ 240 g di salmone in tranci
- ▶ 2,4 dl di besciamella
- ▶ 2 uova
- ▶ aneto
- ▶ erba cipollina
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Sciacquate il salmone e cuocetelo velocemente da entrambi i lati in una padella antiaderente con una noce di burro, un pizzico di sale e un trito di aneto ed erba cipollina.

● Quando il salmone risulterà cotto ma ancora morbido, eliminate la pelle e le eventuali lisce, quindi frullatelo e unìtelo alla besciamella. Aggiungete i tuorli, mescolate bene e regolate di sale e di pepe, quindi incorporate gli albumi montati a neve ben ferma con un pizzico di sale; lavorate il composto con dei movimenti delicati dall'alto verso il basso, per non smontarlo.

● Imburrate 4 stampini monoporzioe e versatevi il composto, facendo in modo che arrivi a circa 2/3 dell'altezza degli stampi. Cuoceteli in forno ben caldo a 180°C per circa mezzora, senza mai aprire il forno. A fine cottura, lasciate riposare in forno per qualche minuto e servite subito.

Sformati, soufflé e terrine





12 Sformato di Halloween con zucca e Asiago

🕒 35 min. 🍰 55 min.



Ingredienti

- ▶ 600 g di zucca
- ▶ 160 g di farina
- ▶ 100 g di Asiago
- ▶ 1 l di latte
- ▶ 2 uova
- ▶ 60 g di burro
- ▶ 20 g di fiocchi di avena
- ▶ 1 bustina di lievito per torte salate
- ▶ salvia
- ▶ prezzemolo
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mondate la zucca eliminando la buccia, i semi e i filamenti interni, tagliatela a tocchetti e versatela in una padella con un filo d'olio e un po' di salvia tritata. Incoperchiate, regolate di sale e di pepe e cuocete la zucca per circa 15 minuti; se necessario unite un po' d'acqua tiepida. A cottura terminata unite un trito di prezzemolo.

● In una terrina lavorate il burro sciolto a bagnomaria con le uova, quindi incorporate lentamente la farina, il latte, la zucca spezzettata. Mescolate bene e aggiungete l'Asiago tagliato a cubetti e i fiocchi di avena; regolate di sale e di pepe, incorporate il lievito e amalgamate.

● Versate il composto in uno stampo imburrato, livellate bene la superficie e mettete in forno ben caldo a 170°C; lasciate cuocere per circa 40 minuti.



Sformati, soufflé e terrine



13 Verde bontà con bietola e spinaci

🕒 35 min. 🍳 40 min.



Ingredienti

- ▶ 600 g di spinaci già puliti
- ▶ 200 g di bietole già pulite
- ▶ 5 dl di besciamella
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 scalogno
- ▶ 20 g di pinoli
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ noce moscata
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Sciacquate gli spinaci e le bietole e sbollentate le verdure in acqua leggermente salata, quindi strizzatele e trasferitele in una padella dove in una noce di burro avrete fatto appassire lo scalogno tritato. Regolate di sale e di pepe, lasciate insaporire infine frullate il tutto.

● In una terrina amalgamate i tuorli con la besciamella, il parmigiano e i pinoli tritati. Condite con un pizzico di sale e di pepe e una presa di noce moscata e unite le verdure. Da ultimo incorporate gli albumi montati a neve ben ferma con un pizzico di sale e mescolate delicatamente il composto con movimenti dall'alto verso il basso.

● Imburrate una pirofila o uno stampo da plum cake e versateci il composto. Sistemate lo stampo in una teglia da forno riempita di acqua, in modo tale che l'acqua arrivi fino a metà dello stampo. Fate cuocere a 180°C per circa 40 minuti, quindi lasciate intiepidire e servite il flan a fette.

Sformati, soufflé e terrine





14 Terrina di fegatini con semi di zucca

🕒 25 min. 🍳 10 min. + 2 h



Ingredienti

- ▶ 500 g di fegatini di pollo
- ▶ 2 scalogni
- ▶ 0,4 dl di cognac
- ▶ 1 dl di panna da cucina
- ▶ 60 g di semi di zucca sgucciati
- ▶ alloro
- ▶ 200 g di burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

- Mondate i fegatini eliminando i nervetti e spezzettateli, quindi versateli in una padella dove avrete fatto appassire in un fondo di olio gli scalogni affettati a velo.

- Lasciate rosolare la carne a fiamma viva per qualche minuto, aggiungendo 1-2 foglie d'alloro, quindi sfumate con il cognac e fate evaporare; salate, pepate e portate a cottura. A cottura ultimata eliminate l'alloro.

- Lasciate raffreddare il composto, quindi frullatelo aggiungendo la panna, metà dei semi di zucca tritati e il burro ammorbidito a temperatura ambiente; regolate di sale e di pepe.

- Foderate uno stampo (o 4 stampini monoporzionati) con della pellicola trasparente e versatevi il composto, livellando bene la superficie; sistemate gli stampi in frigo e lasciate rassodare per almeno 2 ore, quindi servite la cosparsa con i semi di zucca rimasti.

Sformati, soufflé e terrine





15 Leggerezza di zucchine all'erba cipollina

🕒 10 min. 🍳 1 h



Ingredienti

- ▶ 800 g di zucchine
- ▶ 4 uova
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ 1 dl di panna acida
- ▶ erba cipollina
- ▶ 40 g di burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Lavate e mondate le zucchine, tenete da parte 200 g e tagliate le altre a pezzi grandi che lesserete in acqua bollente salata per 10 minuti. Scolate molto bene le zucchine e frullatele.

● Tagliate a dadini le zucchine messe da parte e rosolatele in una padella con un filo d'olio e lo spicchio d'aglio intero; salate e lasciate cuocere per 15 minuti. Pepate, insaporite con un ciuffo di erba cipollina tritata e togliete dal fuoco.

● In una casseruola fate sciogliere il burro e versatevi le zucchine frullate; mescolando fate cuocere per 5 minuti. Lasciate intiepidire poi incorporatevi le zucchine a pezzi, il parmigiano e i tuorli; mescolate bene e infine unite, mescolando dal basso verso l'alto, gli albumi montati a neve ferma.

● Distribuite il composto in 4 stampini e infornate a 180°C per 30 minuti. Servite immediatamente accompagnando con una cucchiata di panna acida.

Sformati, soufflé e terrine





16 Cremosità in soufflé con patate e prosciutto

🕒 35 min. 🕒 1 h



Ingredienti

- ▶ 600 g di patate
- ▶ 100 g di prosciutto cotto a cubetti
- ▶ 60 g di burro
- ▶ 50 g di farina
- ▶ 4 dl di latte
- ▶ 4 uova
- ▶ 40 g di groviera
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ noce moscata
- ▶ sale, pepe

● Versate le patate in acqua fredda leggermente salata e lessatele per circa mezzora; lasciatele intiepidire, sbucciatele e riducetele in purea.

● In un pentolino fate fondere il burro a fiamma bassissima, quindi incorporate gradualmente la farina mescolando in continuazione; aggiungete il latte, unite un pizzico di sale e di noce moscata e mescolate fino a che non si sarà formata una besciamella piuttosto densa.

● Versate il composto in una terrina e unite le patate, i tuorli, il prosciutto e i formaggi. Salate, pepate e mescolate fino a ottenere un composto omogeneo, quindi incorporate gli albumi montati a neve con un pizzico di sale e mescolate con delicatezza.

● Versate il composto negli stampini imburrati e mettete in forno ben caldo a 180°C; cuocete per circa mezzora, senza mai aprire il forno, fate riposare in forno per qualche minuto e servite subito.

Sformati, soufflé e terrine





17 Mattonella di peperoni e crema ai formaggi

🕒 30 min. 🍳 20 min. + 8 h e 40 min. ☆

Ingredienti

- ▶ 4 peperoni rossi
- ▶ 200 g di formaggio caprino
- ▶ 200 g di ricotta
- ▶ 2 dl di panna fresca
- ▶ 10 g di gelatina in fogli
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ paprica dolce
- ▶ sale, pepe

Per accompagnare

- ▶ 100 g di pesto alla genovese
- ▶ basilico

● Fate arrostiti i peperoni nel forno caldo a 200°C per 20 minuti, quindi chiudeteli in un sacchetto di carta e lasciateli intiepidire per mezzora. Sbucciateli, privateli di semi e filamenti e tagliateli a falde, quindi trasferiteli in una padella dove avrete fatto rosolare l'aglio; regolate di sale e pepe, lasciate insaporire pochi minuti e poi fate intiepidire.

● Mettete la gelatina in ammollo in acqua fredda per circa 10 minuti; trascorso questo tempo scaldate un po' di panna e stemperatevi la gelatina. In una terrina mescolate la ricotta, il caprino, la gelatina e la panna rimasta; lavorate bene il composto unendo un pizzico di sale, di pepe e di paprica.

● In uno stampo da plum cake foderato di pellicola alternate strati di peperoni e strati di crema. Quando avrete esaurito gli ingredienti, mettete a riposare in frigo per almeno 8 ore; servite a fette, guarnendo con foglie di basilico e accompagnando con un po' di pesto.

Sformati, soufflé e terrine





18 Teglia di purè con carne e verdure

🕒 30 min. 🕒 1 h + 1 h



Ingredienti

- ▶ 800 g di patate
- ▶ 400 g di macinato di manzo
- ▶ 1 melanzana piccola
- ▶ 2 zucchine
- ▶ 400 g di polpa di pomodoro
- ▶ 1 carota
- ▶ 1 cipolla
- ▶ 1 gambo di sedano
- ▶ 1 dl di vino bianco secco
- ▶ 4 dl di besciamella
- ▶ 80 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 2 dl di latte
- ▶ rosmarino
- ▶ timo
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Tagliate la melanzana a dadini, cospargetela di sale e lasciatela riposare un'ora in un colapasta, quindi strizzatela.

● Versate le patate in acqua fredda salata e lessatele per circa mezzora; poi sbucciatele e riducetele in purea; unite una noce di burro morbido, metà parmigiano e il latte tiepido, condite con sale, pepe e rosmarino e mescolate.

● Preparate un trito con cipolla, carota e sedano e fatelo rosolare in una padella con un filo d'olio; aggiungete le zucchine a listarelle, le melanzane e la carne, bagnate con il vino e, una volta sfumato, unite il pomodoro. Salate, pepate e cuocete mezzora con il coperchio, quindi unite la besciamella e il timo.

● In una terrina da forno versate il composto di carne e verdure e coprite tutto con il purè, livellando bene. Spolverate con il parmigiano rimasto e cuocete in forno caldo a 200°C per mezzora, quindi lasciate intiepidire e servite.

Sformati, soufflé e terrine





19 Mini flan sfiziosi con zucca e carota

🕒 20 min. 🍳 50 min.



Ingredienti

- ▶ 600 g di zucca
- ▶ 400 g di carote
- ▶ 6 dl di besciamella
- ▶ 4 uova
- ▶ 2 scalogni
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ noce moscata
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Sbucciate e tagliate a cubetti la zucca; pelate e affettate le carote. Versate le verdure in una padella dove avrete fatto appassire gli scalogni tritati, regolate di sale e di pepe e lasciate cuocere per circa 20 minuti.

● A cottura ultimata frullate il composto e unite la besciamella, il parmigiano e i tuorli; mescolate bene in modo da ottenere un composto senza grumi. Infine incorporate gli albumi montati a neve ferma con un pizzico di sale e mescolate delicatamente dall'alto verso il basso.

● Imburrate 4 pirofile monoporzione e versatevi il composto, livellando bene la superficie. Sistemate le pirofile in una teglia riempita di acqua, in modo tale che l'acqua arrivi fino a metà delle pirofile.

● Mettete in forno preriscaldato a 180°C e lasciate cuocere per circa mezzora.

Sformati, soufflé e terrine





20 Tortino di patate con sorpresa di porri

🕒 15 min. 🕒 1 h e 25 min. ☆

Ingredienti

- ▶ 1 kg di patate
- ▶ 2 porri
- ▶ 100 g di gorgonzola dolce
- ▶ 2 dl di latte
- ▶ 2 uova
- ▶ basilico
- ▶ prezzemolo
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mettete le patate in acqua fredda leggermente salata e lessatele per 30 minuti circa; quindi sbucciatele, passatele allo schiacciapatate e amalgamatele con una noce di burro e il latte.

● Aggiungete le uova leggermente sbattute, il gorgonzola tagliato a pezzetti, il prezzemolo e il basilico tritati e mescolate bene, regolando di sale e di pepe, in modo da creare un composto cremoso e piuttosto omogeneo.

● Pulite i porri, tagliateli a rondelle e versateli in una padella con un fondo di olio; salate, pepate e fate stufare per 10-15 minuti a fiamma moderata.

● In una teglia imburrata versate uno strato di purea di patate, pressando bene; distribuitevi sopra i porri, quindi ricoprite con il purè rimasto e cospargete la superficie con fiocchetti di burro.

● Mettete in forno caldo a 180°C per circa 40 minuti, o fino a che non si sarà formata una crosticina bruna.

Sformati, soufflé e terrine





21 Delicatezze in soufflé al tris di erbe



Ingredienti

- ▶ 200 g di ricotta
- ▶ 2 dl di besciamella
- ▶ 4 uova
- ▶ 80 g di parmigiano grattugiato
- ▶ timo
- ▶ prezzemolo
- ▶ maggiorana
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

🕒 20 min. 🕒 30 min.



● In una terrina amalgamate i tuorli con la besciamella, la ricotta e un trito di timo, prezzemolo e maggiorana; unite il parmigiano, insaporite con una presa di sale e di pepe e mescolate bene il composto.

● Quando avrete ottenuto un composto omogeneo unite gli albumi, montati a neve ben ferma con un pizzico di sale. Mescolate con delicatezza dal basso verso l'alto, in modo da non smontare l'impasto.

● Imburrate 4 pirofile monoporzione e versatevi il composto, facendo in modo che questo arrivi a circa 2/3 dell'altezza delle pirofile.

● Trasferite le pirofile nel forno ben caldo a 160°C e fate cuocere per 30 minuti circa, ricordandovi di non aprire mai il forno durante la cottura. Quindi lasciate riposare in forno spento per qualche minuto e portate subito in tavola.

Sformati, soufflé e terrine





22 Sformatini di baccalà con verdure e sesamo

🕒 30 min. 🍳 35 min.



Ingredienti

- ▶ 600 g di baccalà già ammollato
- ▶ 2 carote
- ▶ 2 zucchine
- ▶ 1 cipolla
- ▶ 5 dl di besciamella
- ▶ 1 dl di latte
- ▶ 40 g di semi di sesamo
- ▶ timo
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe rosa

● Pulite il baccalà privandolo delle lisce e della pelle e sistematelo in una padella dove, in una noce di burro, avrete fatto appassire 1/2 cipolla tritata; bagnate con il latte, salate, pepate, incoperchiate e cuocete per 10 minuti; a cottura ultimata frullate il composto.

● Mondate le carote e le zucchine; tagliate una zuccina e una carota a listarelle sottili e mettetele da parte; riducete le altre a dadini piccoli e fatele saltare in una padella con la cipolla rimasta. Salate, pepate e cuocete per 5 minuti, in modo che le verdure restino croccanti.

● In una ciotola amalgamate la purea di baccalà con la besciamella; unite la dadolata di verdure e insaporite con timo, metà del sesamo, sale e pepe rosa. Versate il composto in 4 stampini imburrati e cuocete a bagnomaria a 180°C per 20 minuti. Servite gli sformatini con le verdure a listarelle e una spolverata di sesamo e pepe.



Sformati, soufflé e terrine



23 Tortine britanniche del pastore

🕒 30 min. 🕒 1 h e 10 min.



Ingredienti

- ▶ 320 g di macinato di agnello o manzo
- ▶ 800 g di patate
- ▶ 20 g di concentrato di pomodoro
- ▶ 1 carota
- ▶ 1 gambo di sedano
- ▶ 1/2 cipolla
- ▶ 1 dl di vino rosso
- ▶ 2 dl di latte
- ▶ 1 cucchiaino di salsa Worcester
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ maggiorana
- ▶ timo
- ▶ salvia
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Lessate le patate in abbondante acqua leggermente salata per circa mezzora, quindi scolatele, sbucciatele e passatele nello schiacciapatate. Versatele in una terrina con il latte caldo e un pezzo di burro, condite con sale e pepe e mescolate fino a ottenere un purè cremoso.

● Preparate un battuto con la carota, la cipolla e il sedano e fatelo rosolare in una padella con un filo d'olio. Unite la carne e sfumate con il vino; quando questo sarà evaporato aggiungete il concentrato di pomodoro, la salsa Worcester, le erbe aromatiche e un pizzico di sale e di pepe. Bagnate con un po' di acqua e lasciate cuocere a fiamma moderata con il coperchio per 20 minuti.

● Imburrate 4 pirofile monoporzione e versatevi la carne; coprite con le patate, lisciate bene la superficie e spolveratela con il parmigiano. Mettete in forno caldo a 180°C per 20 minuti, o fino a che la superficie delle tortine non avrà formato una crosticina bruna.

Sformati, soufflé e terrine





24 Plum cake ghiotto funghi e pancetta

🕒 25 min. 🍳 55 min.



Ingredienti

- ▶ 200 g di funghi champignon
- ▶ 200 g di pancetta dolce a cubetti
- ▶ 400 g di farina
- ▶ 2 dl di latte
- ▶ 4 uova
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ 1 bustina di lievito per torte salate
- ▶ erba cipollina
- ▶ 0,8 dl di olio di semi
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mondate accuratamente i funghi e tagliateli a lamelle, quindi versateli in una padella con un fondo di olio dove avrete fatto dorare l'aglio intero. Salate, pepate e cuocete per circa 10 minuti, facendo assorbire bene l'acqua di vegetazione; a cottura ultimata eliminate l'aglio e unite la pancetta, lasciandola rosolare per qualche istante.

● In una terrina sbattete le uova con la frusta, quindi unite lentamente il latte e l'olio di semi; condite con sale e pepe, incorporate gradualmente la farina e per ultimo unite il lievito.

● Quando avrete ottenuto un impasto omogeneo unite i funghi con la pancetta e qualche filo di erba cipollina tritata.

● Versate l'impasto in uno stampo da plum cake unto con olio, livellate bene la superficie, mettete in forno preriscaldato a 180°C e cuocete per circa 45 minuti. Lasciate intiepidire prima di servire.

Sformati, soufflé e terrine





25 Mini soufflé pomodoro e fagiolini

🕒 30 min. 🍳 50 min.



Ingredienti

- ▶ 600 g di pomodori
- ▶ 400 g di fagiolini
- ▶ 120 g di farina
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 60 g di pecorino
- ▶ 5 dl di latte
- ▶ 4 uova
- ▶ 1 cipolla
- ▶ timo
- ▶ dragoncello
- ▶ 120 g di burro
- ▶ sale, pepe

● Mondate i fagiolini e lessateli in acqua salata bollente per 10 minuti, quindi scolateli e tritateli. Sbollentate i pomodori in acqua salata per pochi secondi, scolateli, lasciateli intiepidire e sbucciateli; eliminate i semi interni, scolate l'acqua di vegetazione e tagliateli a dadini.

● Sbucciate e affettate la cipolla e fate-la appassire in una padella con circa 20 g di burro. Unite i pomodori e i fagiolini, salate, pepate, insaporite con un trito di timo e dragoncello e cuocete 10 minuti.

● A parte fate fondere il burro rimanente, unite gradualmente la farina e incorporate il latte; salate, pepate e fate addensare, mescolando in continuazione.

● Unite le verdure ai tuorli, aggiungete la besciamella, i formaggi grattugiati e gli albumi montati a neve ferma, mescolando dal basso verso l'alto. Versate il composto in pirofile monoporzion e imburrate e cuocete in forno caldo a 180°C per mezzora, senza mai aprire il forno.

Sformati, soufflé e terrine





26 Sformato rosso di cavolfiore e salsiccia

🕒 25 min. 🍳 40 min.



Ingredienti

- ▶ 1 cavolfiore grande
- ▶ 120 g di salsiccia
- ▶ 400 g di passata di pomodoro
- ▶ 120 g di scamorza
- ▶ 4 dl di besciamella
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ basilico
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

- Mondate il cavolfiore, riducetelo a cimette e lessatelo per 10 minuti in acqua bollente salata; scolatelo, schiacciatelo con una forchetta e fatelo intiepidire.

- Versate la salsiccia sbriciolata in un padellino e fatela rosolare, senza cuocerla troppo. In una ciotola sbattete leggermente le uova e unite la besciamella, il parmigiano, il cavolo, la salsiccia e 60 g di scamorza a dadini; salate, pepate e mescolate bene. Versate il composto in una teglia imburrata, livellando bene la superficie. Mettete in forno già caldo a 180°C e cuocete per circa 20 minuti.

- Preparate la salsa al pomodoro: fate dorare lo spicchio d'aglio in un filo d'olio, quindi unite la passata, regolate di sale, profumate con del basilico e fate cuocere per una decina di minuti.

- Trascorsi i 20 minuti estraete lo sformato e copritelo con la salsa e la scamorza rimasta, affettata sottilmente; rimette in forno e cuocete per altri 10 minuti.

Sformati, soufflé e terrine





27 Mini soufflé zucchine e gamberetti

🕒 30 min. 🍳 50 min.



Ingredienti

- ▶ 300 g di zucchine
- ▶ 240 g di gamberetti
- ▶ 80 g di farina
- ▶ 4 dl di latte
- ▶ 4 uova
- ▶ timo
- ▶ 100 g di burro
- ▶ sale, pepe

- Lavate i gamberetti e metteteli a lessare per circa 10 minuti in una pentola con poca acqua salata, quindi scolateli e sgusciateli; tritateli grossolanamente, diluendoli con poca acqua di cottura che avrete tenuto da parte.

- Tagliate le zucchine a julienne e versatele in una padella con una noce di burro; regolate di sale e di pepe e fate cuocere a fiamma moderata per 10 minuti.

- In una pentola a parte fate fondere il burro rimasto; aggiungete gradualmente la farina setacciata, mescolando in continuazione, quindi unite il latte a filo. Regolate di sale e di pepe e, mescolando, fate addensare per 10 minuti.

- Unite alla besciamella i tuorli, le zucchine, i gamberetti e il timo, quindi incorporate gli albumi montati con un pizzico di sale. Versate il composto in 4 pirotte monoporzionamento imburrate e cuocete in forno ben caldo a 180°C per circa mezz'ora, senza mai aprire il forno.

Sformati, soufflé e terrine





28 Muffin sfiziosi speck, robiola e brie

🕒 20 min. 🍰 20 min.



Ingredienti

- ▶ 240 g di farina
- ▶ 100 g di speck a cubetti
- ▶ 120 g di robiola
- ▶ 40 g di brie
- ▶ 2 dl di latte
- ▶ 2 uova
- ▶ 8 g di lievito per torte salate
- ▶ paprica dolce
- ▶ 40 g di burro
- ▶ sale, pepe

● In una terrina mescolate le uova con il burro ammorbidito a temperatura ambiente, il latte e la robiola.

● Unite la farina setacciata con il lievito e amalgamate bene il composto, in modo da evitare la formazione di grumi, quindi aggiungete lo speck e il brie tagliato a piccoli cubetti.

● Versate il composto nei pirottini, in modo tale che l'impasto arrivi a circa 2/3 dell'altezza dello stampino.

● Sistemate i pirottini in forno caldo a 180°C e lasciate cuocere per 20 minuti circa, o fino a che i muffin non saranno ben gonfi e leggermente dorati.



Sformati, soufflé e terrine



29 Soufflé di granchio al profumo di aneto

🕒 30 min. 🍳 40 min.



Ingredienti

- ▶ 200 g di polpa di granchio
- ▶ 5 dl di latte
- ▶ 50 g di farina
- ▶ 4 uova
- ▶ 20 g di parmigiano grattugiato
- ▶ aneto
- ▶ 50 g di burro
- ▶ sale

● Scolate la polpa di granchio e frullatela grossolanamente, ammorbidendola con qualche cucchiaino di latte.

● Preparate la besciamella: stemperate la farina nel burro fuso, quindi aggiungete il latte rimasto, versato lentamente a filo; salate, pepate e mescolate bene il composto, lasciandolo addensare per circa 10 minuti.

● Mescolate la besciamella con i tuorli, quindi unite la polpa di granchio, il parmigiano e l'aneto tritato finemente; incorporate infine gli albumi, montati a neve ben ferma con un pizzico di sale, e mescolate con delicatezza con movimenti dall'alto verso il basso.

● Versate il composto in una pirofila imburrata e cuocete in forno ben caldo a 200°C per circa mezzora, senza mai aprire il forno per evitare che il soufflé si sgonfi. A cottura ultimata lasciate riposare in forno per un paio di minuti, quindi portate subito in tavola.

Sformati, soufflé e terrine





30 Aspic aromatici con tonno e salmone

🕒 30 min. + 3 h e 10 min.



Ingredienti

- ▶ 100 g di salmone affumicato
- ▶ 200 g di salmone sottolio
- ▶ 240 g di tonno sottolio
- ▶ 20 g di maionese
- ▶ 10 g di capperi sotto sale
- ▶ 1 cucchiaino di brandy
- ▶ 12 g di gelatina in fogli
- ▶ 10 g di brodo granulare vegetale (per 5 dl di brodo)
- ▶ erba cipollina
- ▶ prezzemolo
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mettete in ammollo la gelatina in acqua fredda per 10 minuti, quindi strizzatela e fatela sciogliere nel brodo caldo; lasciate intiepidire la gelatina senza farla rapprendere, quindi versatene un po' in 4 stampini, in modo che aderisca bene su tutti i lati, e mettete gli stampini in freezer.

● In una ciotola amalgamate il tonno sgocciolato con il salmone sottolio e quello affumicato, tritato grossolanamente; mescolate gli ingredienti unendo la maionese, i capperi sciacquati, il brandy, un filo d'olio, sale e pepe e un trito di prezzemolo ed erba cipollina.

● Farcite gli stampini alternando uno strato di composto al pesce con un velo di gelatina; proseguite fino a che non avrete esaurito gli ingredienti, completando con la gelatina. Lasciate rassodare in frigorifero per 3 ore; prima di servire, tuffate gli stampini in acqua bollente per qualche istante, in modo da poter rovesciare meglio gli aspic.

Sformati, soufflé e terrine





31 Muffin allegri con peperoni e zucchine

🕒 30 min. 🍰 30 min.



Ingredienti

- ▶ 240 g di farina
- ▶ 1 zuccina
- ▶ 1 peperone rosso piccolo
- ▶ 100 g di provola
- ▶ 2 uova
- ▶ 240 g di yogurt bianco
- ▶ 1 scalogno
- ▶ 8 g di lievito per torte salate
- ▶ paprica dolce
- ▶ 60 g di burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Private la zuccina delle estremità e tagliatela a rondelle; eliminate il picciolo, i semi e i filamenti interni del peperone e riducetelo a pezzetti.

● In una padella con un fondo di olio rosolate lo scalogno tritato, unite le verdure e fatele saltare a fiamma viva per qualche istante; salate, pepate, unite un po' di acqua se necessario e lasciate cuocere con il coperchio per 10 minuti.

● In una terrina amalgamate le uova leggermente sbattute con il burro ammorbidito e lo yogurt; incorporate la farina setacciata con il lievito, infine unite la provola a dadini e le verdure. Regolate di sale e di pepe, spolverate con abbondante paprica e mescolate con delicatezza.

● Versate il composto negli stampini imburrati, facendo in modo che l'impasto non superi i 2/3 dell'altezza degli stampini, e cuocete in forno preriscaldato a 180°C per circa 20 minuti.

Sformati, soufflé e terrine





32 Sformato cremoso di patate e cipolle

🕒 30 min. 🕒 1 h e 10 min.



Ingredienti

- ▶ 1 kg di patate
- ▶ 2 cipolle
- ▶ 100 g di pancetta dolce a cubetti
- ▶ 40 g di emmental
- ▶ 40 g di pecorino
- ▶ 2 uova
- ▶ 0,4 dl di vino bianco secco
- ▶ 40 g di pangrattato
- ▶ rosmarino
- ▶ origano
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Fate lessare le patate in acqua bollente leggermente salata per circa mezzora, quindi scolatele e, non appena si saranno intiepidite, sbucciatele e riducetele in purea.

● In una padella con poco burro fate rosolare a fiamma vivace le cipolle affettate, abbassate la fiamma e lasciate appassire bene; unite la pancetta, bagnate con il vino e, quando sarà evaporato, togliete dal fuoco.

● In una ciotola sbattete le uova e incorporatevi la purea di patate, le cipolle con la pancetta, i formaggi grattugiati, un trito di rosmarino e origano. Regolate di sale e di pepe e mescolate bene.

● Versate il composto in una pirofila imburrata, livellate la superficie e spolveratela con pangrattato e fiocchi di burro; cuocete per mezzora in forno caldo a 200°C. Servite lo sformato guarnendo le singole fette con le cipolle messe da parte e qualche pomodoro secco.

Sformati, soufflé e terrine





33 Mini flan marzolini fave e pecorino

🕒 25 min. 🕒 1 h



Ingredienti

- ▶ 1 kg di fave
- ▶ 40 g di pecorino
- ▶ 4 uova
- ▶ 2 dl di latte
- ▶ 20 g di farina
- ▶ basilico
- ▶ 20 g di burro
- ▶ sale

● Sgranate le fave, lessatele in acqua bollente leggermente salata per 20 minuti; scolatele e passatele sotto l'acqua fredda. Privatene della pellicina e frullatele con un po' di basilico.

● Preparate la besciamella: in una casseruola fate sciogliere il burro e amalgamatevi la farina, mescolando bene, poi versate a filo il latte e regolate di sale. Lasciate addensare a fuoco lento, sempre mescolando; poi fate raffreddare.

● In una ciotola amalgamate la besciamella con i tuorli, aggiungete la purea di fave e il pecorino grattugiato; infine, mescolando dal basso verso l'alto, incorporate gli albumi montati a neve.

● Imburrate 4 stampini monoporzione e riempiteli con il composto; quindi infornate a 200°C per 30 minuti, senza far scurire i flan. Sformate e, se avete utilizzato degli stampi in alluminio o silicone, sformate i flan, altrimenti serviteli direttamente nelle formine.

Sformati, soufflé e terrine





34 Budini bicolore di peperoni e porri

🕒 10 min. 🍳 40 min. + 3 h e 20 min. ☆☆☆

Ingredienti

- ▶ 2 peperoni gialli
- ▶ 1 porro grande
- ▶ 1 dl di panna fresca
- ▶ 1,2 dl di latte
- ▶ 12 g di gelatina in fogli
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

- Cuocete i peperoni in forno caldo a 200°C per 20 minuti, quindi chiudeteli in un sacchetto di carta e lasciateli mezz'ora a intiepidire. Sbucciateli, privateli di semi e filamenti, metteteli in una ciotola e frullateli, regolando di sale e pepe.

- Nel frattempo mondate il porro, affettatelo e cuocetelo in un tegame con un filo d'olio per circa 20 minuti. A fine cottura regolate di sale e pepe; mettete il composto in una ciotola, frullatelo e lasciatelo raffreddare.

- Ammollate la gelatina in un bicchiere d'acqua per 10 minuti, poi strizzatela e fatela sciogliere a fuoco dolce in un pentolino con il latte; mescolate 2/3 del liquido ai peperoni e il restante ai porri. Montate la panna e unite ai peperoni.

- Versate il composto di porri in 4 stampini rivestiti di pellicola trasparente e fate rassodare in frigo per 10 minuti; poi riempite con il composto ai peperoni e lasciate solidificare in frigo per 3 ore.

Sformati, soufflé e terrine





35 Soufflè teneri di spinaci e ricotta

🕒 10 min. 🍳 40 min.



Ingredienti

- ▶ 400 g di spinaci
- ▶ 160 g di ricotta
- ▶ 2 uova
- ▶ 2,4 dl di besciamella
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ noce moscata
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Mondate gli spinaci, sciacquateli e lessateli in acqua salata. Scolateli, strizzateli, tagliateli grossolanamente e fate raffreddare.

● Una volta freddo, aggiungete la ricotta, i tuorli e aggiustate di sale e pepe, quindi insaporite con una spolverata di noce moscata.

● Infine unite gli spinaci alla besciamella, aggiungete gli albumi montati a neve e dividete il composto in 4 stampini individuali precedentemente imburati. Cuocete in forno caldo a 200°C per circa 30 minuti. Lasciate raffreddare prima di servire.



Sformati, soufflé e terrine



36 Terrina di avocado e polpa di granchio

🕒 30 min. + 4 h e 10 min.



Ingredienti

- ▶ 4 avocado maturi
- ▶ 400 g di polpa di granchio
- ▶ 1 lime
- ▶ 1 scalogno
- ▶ 2 dl di panna fresca
- ▶ 8 g di gelatina in fogli
- ▶ aneto
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe rosa

● Lasciate in ammollo la gelatina per 10 minuti, quindi strizzatela e stemperatela nel succo del lime caldo. Mondate gli avocado eliminando la buccia e il nocciolo, affettateli e frullateli (lasciatene da parte alcune fette) assieme allo scalogno e a un filo d'olio e un pizzico di sale; una volta ottenuta una crema omogenea unite metà della gelatina al lime e metà della panna montata.

● A parte frullate la polpa di granchio con l'aneto, una macinata di pepe rosa, poco sale e la panna e la gelatina rimaste. In uno stampo da plum cake foderato con carta da forno fate un primo strato di avocado; versate la polpa di granchio, livellando bene, e poi altro avocado, fino a esaurire gli ingredienti.

● terminate con uno strato di avocado, mettete in frigo e lasciate riposare per 4 ore; servite guarnendo con qualche grano di pepe rosa, un ciuffo di aneto e le fette di avocado messe da parte.

Sformati, soufflé e terrine





37 Terrina di patate e sedano rapa

🕒 30 min. 🕒 1 h



Ingredienti

- ▶ 800 g di patate
- ▶ 400 g di sedano rapa
- ▶ 2 uova
- ▶ 2 dl di panna da cucina
- ▶ 80 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 1 bustina di zafferano
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Versate le patate in acqua fredda salata e lessatele per circa 20 minuti, quindi sbucciatele; frullatene metà e affettate sottilmente le altre.

● Mondate il sedano rapa, affettatelo sottilmente e sbollentatelo per alcuni minuti in acqua leggermente salata, quindi scolatelo. Lavorate la purea di patate con la panna, lo zafferano, le uova leggermente sbattute, il parmigiano e un pizzico di sale e di pepe.

● In una terrina imburata versate un primo strato di crema alle uova e patate, aggiungete uno strato di fette di sedano rapa e uno di fette di patate; coprite con altra crema e proseguite alternando patate e rapa con la crema.

● Completate con la crema, livellate bene la superficie e cuocete in forno caldo a 180°C per circa 40 minuti. Lasciate riposare per qualche minuto, sformate e servite la terrina a fette.



Sformati, soufflé e terrine



38 Sformato di orata alle verdure colorate

🕒 30 min. 🍳 30 min. + 3 h



Ingredienti

- ▶ 400 g di filetti di orata
- ▶ 200 di gamberetti
- ▶ 1 pomodoro
- ▶ 1 carota
- ▶ 200 g di piselli
- ▶ 1 scalogno
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 dl di panna fresca
- ▶ 100 g di ricotta
- ▶ timo
- ▶ noce moscata
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mondate il pomodoro, privatelo dei semi e tagliatelo a dadini; pelate la carota e riducetela a cubetti; sgranate i piselli; sbucciate e tritate finemente lo scalogno. Fate appassire lo scalogno in una padella con un filo d'olio, quindi aggiungete le verdure e lasciatele rosolare a fiamma viva per qualche minuto; unite i gamberetti sgusciati, salate, pepate, insaporite con timo e portate a cottura.

● Tritate grossolanamente il pesce e aggiungete la panna, la ricotta e gli albumi montati a neve; insaporite con un pizzico di noce moscata, regolate di sale e di pepe; infine incorporate il composto di verdure e gamberetti e il pomodoro.

● Foderate uno stampo da plum cake con carta da forno e versatevi il composto, livellando la superficie; sistemate lo stampo in una teglia piena di acqua calda e cuocete per mezzora a bagnomaria nel forno caldo a 180°C. A cottura ultimata fate freddare in frigorifero per 3 ore, capovolgete la terrina e servite.

Sformati, soufflé e terrine





39 Flan primaverili con piselli e lattuga

🕒 20 min. 🍳 35 min.



Ingredienti

- ▶ 500 g di piselli
- ▶ 1 cespo di lattuga
- ▶ 2,4 dl di besciamella
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 scalogno
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ prezzemolo
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Sgranate i piselli, lessateli in acqua bollente salata per 10 minuti, quindi scolateli; sbollentate anche l'insalata, mondatela e tagliata a listarelle, e scolatela.

● In una padella antiaderente fate sciogliere una noce di burro e versatevi lo scalogno tritato finemente. Unite i piselli e la lattuga, regolate di sale e di pepe e lasciate insaporire per qualche istante, quindi aggiungete qualche foglia di prezzemolo; lasciate intiepidire, poi frullate bene il composto.

● In una ciotola lavorate i tuorli con la besciamella e il parmigiano, aggiungete la purea di lattuga e piselli e amalgamate bene. Regolate di sale e di pepe e incorporate gli albumi, montati a neve ferma con un pizzico di sale, mescolando delicatamente dal basso verso l'alto.

● Versate il composto in 4 stampi monoporzione imburrati, livellate bene la superficie e fate cuocere in forno preriscaldato a 180°C per circa 25 minuti.

Sformati, soufflé e terrine





40 Muffin colorati in allegria di verdure

🕒 30 min. 🍳 30 min.



Ingredienti

- ▶ 240 g di farina
- ▶ 1 zuccina
- ▶ 1 carota
- ▶ 1 patata
- ▶ 160 g di piselli
- ▶ 60 g di mais al vapore
- ▶ 1/2 cipolla
- ▶ 2 uova
- ▶ 1,6 dl di latte
- ▶ 40 g di burro
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 20 g di pecorino
- ▶ 1 bustina di lievito per torte salate
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Pelate di carota e la patata, mondate la zuccina privandola delle estremità e riducete le verdure a piccoli pezzetti. Versatele in una padella dove avrete fatto appassire la cipolla tritata finemente; regolate di sale e di pepe e lasciate cuocere per 8-10 minuti.

● Nel frattempo sgranate i piselli e sbollentateli in acqua leggermente salata, quindi scolateli e uniteli alle verdure, lasciando insaporire per qualche altro minuto.

● In una terrina lavorate le uova con il latte, il burro sciolto a bagnomaria e i formaggi grattugiati; quindi incorporate poco alla volta la farina; unite il mais e le verdure; regolate di sale e pepe e infine unite il lievito setacciato, mescolando con delicatezza.

● Versate l'impasto negli stampini, metteteli in forno preriscaldato a 180°C e lasciate cuocere per circa 20 minuti.

Sformati, soufflé e terrine





41 Sformatini mediterranei melanzane e pomodorini

🕒 35 min. 🕒 40 min. + 1 h



Ingredienti

- ▶ 1 melanzana grande
- ▶ 100 g di pomodorini
- ▶ 600 g di patate
- ▶ 100 g di ricotta
- ▶ 60 g di provola
- ▶ 2 uova
- ▶ origano
- ▶ basilico
- ▶ burro
- ▶ olio per friggere
- ▶ sale, pepe

● Mondate la melanzana, tagliatela a cubetti e cospargeretela di sale; quindi mettetela in uno scolapasta e lasciatela scolare per un'ora. Trascorso questo tempo friggetela velocemente nell'olio.

● Lessate le patate in acqua salata per circa 20 minuti, quindi sbucciatele, passatele allo schiacciapatate e versatele in una padella dove in una noce di burro avrete fatto appassire lo scalogno; salate, pepate e lasciate insaporire.

● In una ciotola lavorate le patate con la ricotta, la provola a dadini e le uova leggermente sbattute; unite una presa di sale e una spolverata di pepe, le melanzane e i pomodori tagliati a metà e privati dei semi; quindi profumate con basilico tritato e origano.

● Versate il composto in 4 stampini monoporzione imburrati, pressate bene la superficie e cuocete in forno caldo a 180°C per 20 minuti; lasciate intiepidire prima di servire.

Sformati, soufflé e terrine





42 Cupolette deliziose di funghi e patate

🕒 20 min. 🍳 50 min.



Ingredienti

- ▶ 600 g di funghi misti
- ▶ 600 g di patate
- ▶ 2 uova
- ▶ 80 g di provola
- ▶ 1 dl di vino bianco secco
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ 80 g di parmigiano grattugiato
- ▶ rosmarino
- ▶ prezzemolo
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mondate i funghi, tagliateli a lamelle e versateli in una padella dove avrete fatto dorare l'aglio; sfumate con il vino, salate, pepate e cuocete con il coperchio per 10 minuti. A fiamma spenta spolverate con prezzemolo tritato.

● Lessate le patate per circa 20 minuti, in modo che restino al dente, quindi sbucciatele, tagliatele a cubetti e trasferitele in una padella con un filo d'olio; salate, pepate, insaporite con rosmarino e lasciate rosolare bene.

● Aggiungete un uovo nei funghi e uno nelle patate e fate lo stesso con il parmigiano, mettendone metà nei funghi e metà nelle patate; mescolate bene.

● Imburrate gli stampini e versate in ognuno uno strato di funghi; disponete sui funghi qualche fetta di provola, quindi coprite con le patate e pressate bene. Infornate a 180°C per 20 minuti, lasciate intiepidire, sformate e servite con prezzemolo tritato.

Sformati, soufflé e terrine





43 Aspic di verdure profumati al Porto

🕒 30 min. 🍳 5 min. + 4 h e 10 min. ☆☆☆

Ingredienti

- ▶ 2 carote
- ▶ 100 g di ravanelli
- ▶ 2 pomodori verdi
- ▶ 2 gambi di sedano
- ▶ 200 g di taccole
- ▶ 0,6 dl di Porto bianco
- ▶ 12 g di gelatina in fogli
- ▶ 10 g di brogo granulare vegetale (per 5 dl di brodo)
- ▶ timo
- ▶ maggiorana
- ▶ prezzemolo
- ▶ sale, pepe

● Mettete la gelatina in ammollo in acqua fredda per 10 minuti; nel frattempo preparate 5 dl di brodo.

● Mondate le verdure, quindi spezzettate le taccole, tagliate il sedano a tocchetti, riducete i pomodori a spicchi e fateli scolare, tagliate le carote a dadini, affettate grossolanamente i ravanelli.

● Tuffate per 5 minuti i ravanelli, le taccole e le carote nel brodo e scolatele; unite il Porto nel brodo e stemperatevi la gelatina. Mettete le verdure lessate in una ciotola, aggiungete i pomodori e il sedano e condite con una presa di sale e di pepe e una spolverata di timo, maggiorana e prezzemolo tritato.

● Versate un po' di gelatina in 4 stampini; lasciate rassodare in freezer per pochi minuti, quindi iniziate a versare le verdure alternandole con la gelatina. Completate con la gelatina e riponete in frigo per almeno 4 ore. Sformate gli aspic nei piatti da portata e servite.



Sformati, soufflé e terrine



44 Soufflé delicato ai profumi del bosco

🕒 15 min. 🍳 50 min. ☆

Ingredienti

- ▶ 400 g di funghi porcini
- ▶ 400 g di patate
- ▶ 2 uova
- ▶ 2 scalogni
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

- Lessate le patate in abbondante acqua salata per 20 minuti e scolatele al dente. Pulite i funghi con un panno umido, in modo da eliminare i residui di terra, e tritateli finemente.

- In una padella fate insaporire i funghi con un po' di olio e gli scalogni tritati, salate, pepate e cuocete per una decina di minuti, finché il liquido cottura non sarà evaporato.

- Intanto sbucciate le patate e schiacciatele con la forchetta. In una terrina meschiate le patate con i funghi; quando il composto sarà freddo, unite i tuorli e il parmigiano e mescolate.

- Terminate incorporando gli albumi montati a neve ben ferma con un pizzico di sale e distribuite il tutto in uno stampo da forno precedentemente imburrati. Cuocete in forno caldo a 200°C per 25 minuti circa.

Sformati, soufflé e terrine





45 Sformato di uova in fonduta di formaggi

🕒 25 min. 🍳 40 min.



Ingredienti

- ▶ 6 uova
- ▶ 200 g di ricotta
- ▶ 2 dl di besciamella
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ prezzemolo
- ▶ sale, pepe

Per la fonduta

- ▶ 100 g di pecorino fresco
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 10 g di amido di mais
- ▶ 2 dl di latte
- ▶ 0,4 dl di panna fresca
- ▶ pepe

● Fate rassodare 3 uova in un pentolino calcolando 8 minuti dall'ebollizione; quindi sbucciatele e tritatele.

● In una ciotola lavorate la besciamella con la ricotta, unite le uova tritate e una manciata di prezzemolo, anch'esso tritato; condite con sale e abbondante pepe e amalgamate bene il composto. Aggiungete le altre 3 uova, che avrete sbattuto a parte con una presa di sale e di pepe e il parmigiano, e mescolate.

● Versate il composto in una teglia foderata di carta da forno e cuocete in forno caldo a 180°C per circa mezzora.

● Tagliate il pecorino a listarelle, mettetelo in una casseruola con il latte e unite il parmigiano. Fate sciogliere i formaggi a fiamma dolce, quindi unite la panna, in cui avrete stemperato l'amido. Pepate e mescolate in modo da ottenere un composto liscio e denso. Servite lo sformato nappato con la fonduta e cosparsa con un battuto di prezzemolo.



Sformati, soufflé e terrine



46 Mini flan di trota con crema di lenticchie

🕒 20 min. 🍳 20 min.



Ingredienti

- ▶ 600 g di filetti di trota salmonata
 - ▶ 2 uova
 - ▶ 2 dl di panna da cucina
 - ▶ burro
 - ▶ sale, pepe
- Per la crema**
- ▶ 240 g di lenticchie lesse
 - ▶ 1 carota
 - ▶ 1 scalogno
 - ▶ olio extravergine d'oliva
 - ▶ aneto
 - ▶ sale, pepe

● Sbollentate la trota salmonata in acqua bollente leggermente salata per 5 minuti, quindi frullatela incorporando le uova e la panna, fino a che non avrete ottenuto una crema liscia e spumosa.

● Versate il composto in 4 stampini imburrati e sistemateli in una teglia da forno piena di acqua; mettete in forno ben caldo a 140°C e lasciate cuocere per circa 15 minuti.

● Preparate la crema alle lenticchie: in una padella fate soffriggere in un filo d'olio un battuto di carota e scalogno, quindi versatevi le lenticchie; bagnate con un bicchiere d'acqua e lasciate insaporire per pochi minuti;

● Regolate di sale e pepe quindi frullatele grossolanamente, in modo che alcune rimangano intere; infine unite un po' di aneto tritato. Al momento di servire versate su ogni piatto un po' di crema alle lenticchie e sfornatevi sopra i flan.

Sfornati, soufflé e terrine





47 Sfornato cremoso con verdure assortite

🕒 30 min. 🍳 45 min. + 30 min. ☆

Ingredienti

- ▶ 800 g di patate
- ▶ 2 zucchine
- ▶ 2 pomodori
- ▶ 2 peperoni rossi
- ▶ 240 g di mozzarella
- ▶ 4 dl di besciamella
- ▶ olio per friggere
- ▶ sale

- Fate arrostitire i peperoni nel forno caldo a 200°C per 20 minuti, quindi chiudeteli in un sacchetto di carta e lasciateli intiepidire. Sbucciateli, privateli di semi e filamenti e tagliateli a falde e salateli. Pelate le patate, tagliatele a fette sottili e scottatele per 3-4 minuti in acqua bollente salata, quindi scolatele.

- Lavate le zucchine, mondatele e tagliatele a fette spesse 2-3 cm; friggetele in un fondo d'olio bollente, quindi scolatele su carta assorbente e salatele. Tagliate a fette i pomodori e scolateli dal liquido di vegetazione.

- Sul fondo di una pirofila distribuite uno strato sottile di besciamella, poi adagiatevi uno strato di patate, condite con un po' di mozzarella affettata sottilmente, un po' di parmigiano e ricoprite con la besciamella; continuate alternando le verdure a piacere e facendo in modo che l'ultimo strato sia di besciamella. Cuocete in forno già caldo per 25-30 minuti.

Sfornati, soufflé e terrine





48 Sformatini di asparagi all'aroma di pancetta



Ingredienti

- ▶ 240 g di asparagi bianchi
- ▶ 240 g di asparagi verdi
- ▶ 60 g di pancetta affumicata a cubetti
- ▶ 1 cipolla piccola
- ▶ 2 uova
- ▶ 100 g di ricotta
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 1 dl di cognac
- ▶ timo
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

Per la salsa

- ▶ 120 g di brie
- ▶ 2 dl di latte
- ▶ pepe

🕒 40 min. 🍳 35 min.



● Mondate gli asparagi eliminando la parte dura dei gambi, metteteli in un pentolino pieno d'acqua salata con le punte rivolte verso l'alto e sbollentateli per 10 minuti; scolateli e sminuzzateli.

● Versateli in una padella dove avrete fatto appassire in una noce di burro la cipolla tritata finemente, regolate di sale e di pepe e sfumate con il cognac. Quando il liquore sarà evaporato cuocete per altri 5 minuti, aggiungendo anche la pancetta e un po' di timo tritato.

● In una terrina lavorate le uova sbattute con la ricotta e il parmigiano, quindi unite il composto di asparagi e pancetta.

● Foderate 4 stampini con carta da forno e versatevi il composto, quindi metteteli in forno caldo a 180°C e lasciate cuocere per circa 20 minuti.

● Preparate la salsa, stemperando nel latte caldo il brie a tocchetti; unite un pizzico di pepe, lasciate addensare e servite insieme agli sformatini.

Sformati, soufflé e terrine





49 Clafoutis di gamberetti e pomodorini

🕒 15 min. 🍳 25 min. ☆

Ingredienti

- ▶ 200 g di gamberetti sgusciati
- ▶ 240 g di pomodorini
- ▶ 2 uova
- ▶ 100 g di ricotta
- ▶ 2 dl di panna fresca
- ▶ 80 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ aneto
- ▶ erba cipollina
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● In una padella antiaderente con un filo d'olio fate dorare lo spicchio d'aglio schiacciato, quindi unite i pomodorini tagliati a metà e i gamberetti; salate, pepate e cuocete per 5 minuti, mescolando spesso. A fine cottura eliminate l'aglio.

● In una terrina amalgamate le uova con la ricotta, la panna e il parmigiano; condite con un pizzico di sale e di pepe, insaporite con erba cipollina e aneto tritati grossolanamente e mescolate bene.

● Imburrate 4 pirofile monoporzione e distribuite sul fondo i pomodori e i gamberetti; versate il composto alle uova e mettete in forno preriscaldato a 180°C; fate cuocere per 20 minuti, quindi sfornate e servite subito o appena tiepido.



Sfornati, soufflé e terrine



50 "Zuccotto" rosa formaggi e pere

🕒 20 min. 🍳 5 min. + 2 h



Ingredienti

- ▶ 4 pere
- ▶ 100 g di robiola
- ▶ 100 g di ricotta
- ▶ 100 g di taleggio
- ▶ 100 g di gorgonzola dolce
- ▶ 0,6 dl di Porto
- ▶ 0,6 dl di latte
- ▶ 1 limone
- ▶ sale, pepe

Per accompagnare

- ▶ 80 g di pane integrale
- ▶ 80 g di cetriolini sottaceto

● Mondate le pere, tagliatele a tocchetti sottili e versatele in una padella antiaderente con un po' di acqua e la scorza e il succo del limone; lasciatele insaporire a fiamma moderata per qualche minuto, quindi spegnete e fate raffreddare.

● Nel frattempo versate nel mixer la robiola, la ricotta, il taleggio, il gorgonzola, il Porto e il latte e frullate in modo da ottenere una crema non troppo fluida; regolate di sale e di pepe.

● Foderate uno stampo da zuccotto con della pellicola trasparente e versate sul fondo un abbondante strato di crema al formaggio; quindi adagiatevi le pere e coprite con la crema al formaggio.

● Mettete lo stampo a rassodare in frigo per almeno 2 ore, quindi rovesciate lo zuccotto su un piatto da portata e staccate delicatamente la pellicola trasparente; guarnite con dadini di pane e cetriolini a fette e portate in tavola.



Sformati, soufflé e terrine



51 Tortine soffici ai funghi porcini

🕒 30 min. 🍳 40 min.



Ingredienti

- ▶ 400 g di funghi porcini
- ▶ 200 g di ricotta
- ▶ 1 dl di panna da cucina
- ▶ 1 dl di latte
- ▶ 80 g di fontina
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ prezzemolo
- ▶ peperoncino
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mondate accuratamente i funghi, tagliateli a lamelle e versateli in una padella antiaderente dove in un filo d'olio avrete fatto dorare l'aglio.

● Salate, pepate e lasciate cuocere per circa 10 minuti, facendo evaporare bene l'acqua di vegetazione; a fine cottura eliminate l'aglio e aggiungete il prezzemolo tritato.

● In una ciotola lavorate i tuorli con la ricotta, il latte e la panna, poi unite i funghi e la fontina a dadini sottili; regolate di sale e pepe, spolverate con un pizzico di peperoncino e mescolate. Unite infine gli albumi, montati a neve con una presa di sale, e girate delicatamente il composto dall'alto verso il basso.

● Imburrate 4 pirofile monoporzione e versatevi il composto ai funghi, quindi sistemate le pirofile in una teglia da forno piena di acqua. Mettete in forno ben caldo a 180°C e cuocete a bagnomaria per mezzora.

Sformati, soufflé e terrine





52 Mini flan di spinaci con cuore al gorgonzola

🕒 30 min. 🍳 30 min.



Ingredienti

- ▶ 500 g di spinaci già puliti
- ▶ 160 g di gorgonzola dolce
- ▶ 100 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 2 dl di panna da cucina
- ▶ 2 uova
- ▶ timo
- ▶ noce moscata
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Mondate gli spinaci e sbollentateli in acqua leggermente salata, quindi striztateli e frullateli. Lavorate le uova con il parmigiano, metà della panna, 40 g di gorgonzola e gli spinaci; condite con sale e pepe, un pizzico di noce moscata e timo e mescolate bene il composto.

● Imburrate 4 stampini monoporzione e versatevi il composto, quindi sistemate gli stampi in una teglia da forno piena di acqua calda, in modo che l'acqua arrivi a circa metà dell'altezza degli stampini. Mettete in forno ben caldo a 180°C e lasciate cuocere per circa 30 minuti.

● Intanto in un pentolino sciogliete a fiamma dolce il gorgonzola tagliato a tocchetti assieme alla panna rimasta; mescolate bene, così da ottenere una crema.

● Dopo circa 20 minuti estraete i flan, versate al centro un po' di crema al gorgonzola e rimettete in forno, portando a cottura; servite accompagnando con la crema rimasta a parte.

Sformati, soufflé e terrine





53 Tortini di formaggio al profumo di basilico

🕒 25 min. 🍳 50 min.



Ingredienti

- ▶ 200 g di ricotta
- ▶ 200 g di formaggio caprino
- ▶ 100 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 2 patate
- ▶ 60 g di pinoli
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 dl di panna acida
- ▶ 20 g di pangrattato
- ▶ basilico
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mettete le patate in una pentola con abbondante acqua fredda leggermente salata e lasciatele cuocere per 30 minuti circa, quindi scolatele, sbucciatele e passatele allo schiacciapatate.

● Versate i formaggi in una ciotola e lavorateli con i tuorli, metà dei pinoli tritati finemente e la purea di patate. Mescolate bene il composto, regolate di sale e di pepe e unite il basilico tritato. Aggiungete infine gli albumi montati a neve con un pizzico di sale, mescolando con delicatezza dal basso verso l'alto.

● Distribuite il composto in 4 stampini, imburati e cosparsi di pangrattato; livellate bene la superficie e cospargetela con i pinoli rimasti.

● Mettete in forno preriscaldato a 180°C e lasciate cuocere per circa 20 minuti, quindi servite i tortini accompagnandoli con una cucchiata di panna acida.



Sformati, soufflé e terrine



54 Tortine veloci carciofi e fontina

🕒 25 min. 🍳 35 min.



Ingredienti

- ▶ 8 carciofi
- ▶ 1 scalogno
- ▶ 4 uova
- ▶ 1 limone
- ▶ 100 g di fontina
- ▶ 5 dl di besciamella
- ▶ prezzemolo
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Mondate i carciofi eliminando le foglie esterne più dure, spuntateli, privateli dei filamenti interni e affettateli sottilmente, mettendoli via via in acqua acidulata con il succo di limone.

● Scolateli e trasferiteli in una padella dove avrete fatto appassire lo scalogno tritato. Salate e cuocete per 10 minuti con il coperchio, bagnando con un filo d'acqua se necessario; a cottura ultimata unite il prezzemolo tritato e frullate grossolanamente.

● In una ciotola sbattete leggermente le uova e lavoratele con la besciamella, la fontina grattugiata, un pizzico di sale e uno spolverata di noce moscata; unite quindi i carciofi tritati grossolanamente.

● Imburrate 4 stampini e versatevi il composto, livellandolo bene; mettete in forno ben caldo a 180°C e fate cuocere le tortine per circa 25 minuti, coprendole con un foglio di alluminio se la superficie tendesse a dorarsi troppo.

Sformati, soufflé e terrine





55 Tortine di gamberetti e asparagi

🕒 30 min. 🍳 40 min.



Ingredienti

- ▶ 200 g di gamberetti sgucciati
- ▶ 400 g di asparagi
- ▶ 3 uova
- ▶ 1,6 dl di besciamella
- ▶ 100 g di ricotta
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 1 cipolla
- ▶ 1/2 limone
- ▶ 0,4 dl di cognac
- ▶ aneto
- ▶ erba cipollina
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Pulite gli asparagi eliminando la parte dura dei gambi, lavateli e metteteli con le punte rivolte verso l'alto in un pentolino con acqua bollente salata; lessateli per 10 minuti, quindi scolateli e smiuzzateli.

● Versateli in una padella dove in un fondo di olio avrete fatto appassire la cipolla tritata finemente; aggiungete i gamberetti, salate e sfumate con il cognac. Insaporite con un trito di erba cipollina e aneto e lasciate insaporire per qualche istante.

● In una ciotola lavorate i tuorli con la ricotta, la besciamella e il parmigiano; aggiungete gli asparagi ai gamberetti e il succo del limone, regolate di sale e di pepe; infine incorporate gli albumi, montati a neve con un pizzico di sale.

● Mescolate e versate il composto in 4 pirofile individuali imburrate; mettetle in forno già caldo a 180°C e lasciate cuocere per circa mezzora.

Sformati, soufflé e terrine





56 Sformato tricolore di verdure miste

🕒 40 min. 🍳 45 min.



Ingredienti

- ▶ 500 g di spinaci già puliti
- ▶ 280 g di carote
- ▶ 240 g di barbabietole
- ▶ 4 uova
- ▶ 80 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 4 dl di besciamella
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ 1 scalogno
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Mondate le barbabietole, tagliatele a tocchetti e lessatele per 15 minuti in acqua bollente salata; pelate le carote e lessate anch'esse in acqua salata per lo stesso tempo; sbollentate gli spinaci in acqua leggermente salata.

● Scolate le barbabietole e frullatele. Affettate le carote e rosolatele in padella con lo spicchio d'aglio e una noce di burro; salate e pepate, quindi eliminate l'aglio e frullate bene. Strizzate gli spinaci e trasferiteli in un'altra padella con lo scalogno tritato e un po' di burro; regolate di sale e pepe; infine frullate.

● In una ciotola lavorate le uova con la besciamella, il parmigiano e una presa di sale e pepe; mescolate il composto, quindi distribuitelo tra le tre verdure.

● Imburrate una terrina e versatevi gli spinaci, livellando bene; proseguite con le carote e completate con le barbabietole; cuocete a bagnomaria in forno ben caldo a 180°C per circa mezzora.

Sformati, soufflé e terrine





57 Flan di asparagi con dadolata rossa

🕒 30 min. 🕒 50 min. + 3 h



Ingredienti

- ▶ 800 g di asparagi bianchi
- ▶ 2 uova
- ▶ 2 dl di besciamella
- ▶ 2 dl di panna fresca
- ▶ 1 scalogno
- ▶ 60 g di pecorino
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

Per accompagnare

- ▶ 400 g di pomodori
- ▶ 1 cipollotto
- ▶ basilico
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mondate gli asparagi e cuoceteli a vapore per 20 minuti, poi sminuzzateli e passateli in una padella dove avrete fatto rosolare lo scalogno affettato a velo. Salate, pepate, lasciate insaporire per qualche istante e passate tutto al mixer.

● In una ciotola lavorate le uova con la crema di asparagi, la besciamella e la panna; aggiungete i formaggi grattugiati, regolate di sale e di pepe e amalgamate bene gli ingredienti in modo da ottenere un composto omogeneo e soffice.

● Imburrate uno stampo da plum cake, versatevi il composto, livellando bene la superficie, e sistematelo in una teglia piena di acqua. Cuocete a bagnomaria in forno caldo a 180°C per mezzora; a fine cottura fate freddare, quindi lasciate riposare in frigo per almeno 3 ore.

● Servite il flan tagliato a fette e accompagnato da una dadolata di pomodori e anelli di cipollotto, condita con olio, un pizzico di sale, pepe e basilico tritato.



Sformati, soufflé e terrine



58 Flan di melanzane con cuore di pomodori

🕒 40 min. 🕒 1 h e 20 min.



Ingredienti

- ▶ 2 melanzane grandi
- ▶ 200 g di pomodorini
- ▶ 100 g di ricotta
- ▶ 2 dl di panna da cucina
- ▶ 40 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ basilico
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

- Lavate le melanzane, tagliatele a metà nel senso della lunghezza, salatele, incidete la polpa e cuocetele in forno a 180°C per 40 minuti. Prelevate la polpa delle melanzane e tagliate a listarelle la buccia.

- In una ciotola frullate la polpa di melanzane, poi unite i tuorli, la ricotta, la panna e il parmigiano; salate, pepate e incorporate gli albumi montati a neve, mescolando delicatamente dal basso verso l'alto.

- In una padella con un filo d'olio fate dorare l'aglio e unite i pomodori a dadini; salate, pepate, aggiungete il basilico e lasciate insaporire qualche istante, quindi eliminate l'aglio e fate freddare.

- Imburrate uno stampo da plum cake e foderatelo con la buccia delle melanzane; versate uno strato di crema di melanzane, quindi unite i pomodori e completate con altra crema; cuocete a bagnomaria per 40 minuti a 180°C.

Sformati, soufflé e terrine





59 Tortino di bietola alla scamorza

🕒 30 min. 🍳 50 min.



Ingredienti

- ▶ 800 g di bietole già pulite
- ▶ 100 g di scamorza
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 dl di panna da cucina
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 80 g di pinoli
- ▶ 1 scalogno
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Lavate la bietola, quindi versatela in una pentola con acqua bollente leggermente salata e lasciatela cuocere per circa 10 minuti.

● Scolatela al dente, sminuzzatela e passatela in una padella dove avrete fatto appassire lo scalogno tritato finemente; salate, pepate e portate la bietola a cottura.

● In una ciotola mescolate le uova leggermente sbattute con la panna, la scamorza tagliata a dadini e il parmigiano; aggiungete metà dei pinoli tritati, regolate di sale e di pepe e unite la bietola.

● Versate il composto in una teglia da forno rotonda imbrattata e fate cuocere in forno ben caldo a 180°C per 40 minuti circa. Servite guarnendo con i pinoli rimasti.



Sformati, soufflé e terrine



60 Terrina di carciofi e funghi champignon

🕒 30 min. 🍳 50 min.



Ingredienti

- ▶ 400 g di funghi champignon
- ▶ 4 carciofi
- ▶ 240 g di ricotta
- ▶ 1 dl di latte
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 limone
- ▶ 1 dl di vino bianco secco
- ▶ 2 spicchi d'aglio
- ▶ prezzemolo
- ▶ peperoncino
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Mondate i carciofi privandoli delle foglie esterne, tagliateli in quarti, eliminate la barbetta interna e versateli in una ciotola con acqua e succo di limone perché non anneriscano; affettateli e versateli in un tegame dove avrete fatto soffriggere un trito di aglio e prezzemolo; lasciateli cuocere per qualche minuto.

● Unite i funghi mondati e tagliati a fettine sottili, regolate di sale e di pepe e sfumate con il vino. Insaporite con un po' di peperoncino e cuocete a tegame coperto per 10 minuti circa.

● In una ciotola lavorate le uova leggermente sbattute con la ricotta e il latte; aggiungete le verdure, aggiustate di sale e pepe e mescolate bene.

● Versate il composto in uno stampo da plum cake imburato, mettete in forno caldo a 200°C e cuocete per 40 minuti, quindi lasciate intiepidire e servite.



Sformati, soufflé e terrine



61 Clafoutis ai broccoli e pomodorini

🕒 20 min. 🍳 35 min.



Ingredienti

- ▶ 500 g di broccoli
- ▶ 100 g di pomodorini
- ▶ 1 dl di latte
- ▶ 80 g di groviera
- ▶ 2 dl di panna da cucina
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 scalogno
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

- Mondate i broccoli e riduceteli a cimette, quindi fateli lessare in acqua bollente leggermente salata per 10 minuti circa; scolateli e spezzettateli.

- Trasferite i broccoli in una padella dove, in una noce di burro, avrete rosolato lo scalogno tritato finemente. Regolate di sale e di pepe e fate insaporire per qualche minuto, quindi lasciate intiepidire.

- Nel frattempo in una ciotola lavorate le uova con il latte, la panna e il groviera grattugiato; insaporite con un pizzico di sale e di pepe e mescolate bene.

- Imburrate 4 mini pirofile e distribuite sul fondo i broccoli; coprite con la crema alle uova e guarnite la superficie con i pomodorini, che avrete tagliato a metà e scolato dall'acqua di vegetazione.

- Sistemate le pirofile in forno già caldo a 180 °C e cuocete per 25 minuti, quindi fate riposare per qualche minuto a forno spento prima di servire.

Sformati, soufflé e terrine





62 Sformatini di fagioli su letto di cicoria

🕒 35 min. 🍳 30 min.



Ingredienti

- ▶ 500 g fagioli borlotti lessi
- ▶ 2 dl di besciamella
- ▶ 40 g di bottarga
- ▶ 1 cespo di cicoria
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 spicchio d'aglio
- ▶ 40 g di pangrattato
- ▶ peperoncino
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale

● Mondate accuratamente la cicoria, sciacquatela più volte sotto l'acqua corrente e lessatela in acqua salata per circa 10 minuti. Scolatela e strizzatela, quindi passatela in una padella dove in un fondo di olio avrete fatto dorare l'aglio; unite il peperoncino, salate e lasciate insaporire per qualche istante.

● In una terrina frullate i fagioli e unite la besciamella e i tuorli; salate, aggiungete una spolverata di peperoncino e mescolate con cura. Incorporate infine gli albumi montati a neve con un pizzico di sale e amalgamate delicatamente, con movimenti dal basso verso l'alto.

● Imburrate e spolverate con pangrattato 4 stampini e versatevi il composto; cospargete la superficie con altro pangrattato e cuocete in forno caldo a 180°C per 20 minuti. Servite gli sformatini su un letto di cicoria e completate con la bottarga tagliata a lamelle molto sottili.

Sformati, soufflé e terrine





63 Mattonella di verdure in foglie di porri



Ingredienti

- 2 porri
- 1 patata grande
- 100 g di fagiolini
- 1 peperone rosso
- 1 peperone giallo
- 1 gambo di sedano
- 1 cipolla
- 120 g di mozzarella
- 120 g di ricotta
- 60 g di parmigiano grattugiato
- 2 uova
- burro
- olio extravergine d'oliva
- sale, pepe

🕒 35 min. 🕒 1 h + 30 min.



● Arrostiti i peperoni in forno a 200°C per 20 minuti, quindi metteteli in un sacchetto di carta chiuso e lasciateli intiepidire per mezzora. Sbucciateli, mondateli e tagliateli a falde; conditeli con sale e pepe e un filo d'olio e teneteli da parte. Mondate i porri e sbollentateli per pochi minuti, quindi incideteli in senso verticale e mettete da parte le foglie più esterne.

● In una padella rosolate un trito di sedano e cipolla; aggiungete i fagiolini spezzettati, la patata a dadini e l'interno dei porri affettato. Salate, pepate, bagnate con un filo d'acqua e cuocete per 20 minuti; a fine cottura unite il timo tritato, le uova sbattute e il parmigiano.

● Con le foglie intere dei porri foderate uno stampo da plum cake imburrito, facendole fuoriuscire dai bordi. Farcite alternando strati di verdure con falde di peperone, fiocchi di ricotta e fettine di mozzarella; richiudete le foglie di porro e infornate a 180°C per 20 minuti.

Sformati, soufflé e terrine





64 Terrina multistrati in fantasia di verdure

🕒 30 min. 🍳 50 min. + 2 h



Ingredienti

- ▶ 300 g di carote
- ▶ 300 g di fagiolini
- ▶ 400 g di patate
- ▶ 160 g di ricotta
- ▶ 2 dl di panna da cucina
- ▶ 2 uova
- ▶ prezzemolo
- ▶ sale, pepe

- Pelate le carote e le patate, tagliatele a listarelle; mondate i fagiolini. Lessate le verdure separatamente per una decina di minuti.

- In una terrina lavorate le uova con la panna, la ricotta, un ciuffo di prezzemolo tritato, una presa di sale e un pizzico di pepe. Mescolate bene, in modo da ottenere una crema omogenea.

- In uno stampo foderato con carta da forno versate un velo di crema, coprite con uno strato di patate e proseguite con un altro velo di crema; continuate con uno strato di fagiolini, versate ancora della crema e fate quindi uno strato di carote. Proseguite in questo modo, alternando la crema con una delle verdure e terminando con la crema.

- Mettete in forno preriscaldato a 160°C e cuocete a bagnomaria per 40 minuti; sformate e lasciate raffreddare in frigo per almeno 2 ore prima di servire.



Sformati, soufflé e terrine



65 Sformato di zucchine con sorpresa di uova

🕒 45 min. 🕒 1 h e 20 min.



Ingredienti

- ▶ 4 zucchine grandi
- ▶ 1 patata grande
- ▶ 400 g di ricotta
- ▶ 4 uova
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 1 dl di panna da cucina
- ▶ 1/2 cipolla
- ▶ basilico
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Lessate la patata per circa 20 minuti, quindi sbucciatela e sbriciolatela; conditela con un pizzico di sale e pepe e un po' di burro e tenetela da parte. Rasodate 2 uova facendole sobbollire per 8 minuti; lasciatele intiepidire, sgusciatele e affettatele.

● Scottate 2 zucchine, poi affettatele per il lato lungo e utilizzatele per foderare uno stampo da plum cake rivestito con carta da forno. Mondate le altre zucchine, tagliatele a dadini e versatele in una padella con la cipolla rosolata nell'olio; salate, pepate, unite il basilico tritato e cuocete per 10 minuti.

● In una ciotola lavorate le uova crude con la ricotta, la panna, il parmigiano e le zucchine a dadini. Versate metà composto in uno stampo imburrato e foderato con le zucchine a listarelle; distribuite le uova sode e la patata, coprite con il composto rimasto e richiudete con le fettine di zucchine. Cuocete in forno a 180°C per 40 minuti.

Sformati, soufflé e terrine





66 Sformato giallo di riso e cavolfiore

🕒 25 min. 🕒 35 min.



Ingredienti

- ▶ 200 g di riso
- ▶ 1 cavolfiore
- ▶ 4 dl di besciamella
- ▶ 1 scalogno
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 2 bustine di zafferano
- ▶ semi di cumino
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

- Mondate il cavolfiore e dividetelo in cimette, quindi lessatelo in acqua bollente leggermente salata per 15 minuti; a fine cottura sminuzzatelo. Cuocete il riso in acqua salata e scolatelo molto al dente (dopo circa 10 minuti).

- Versate il cavolfiore e il riso in una padella antiaderente dove, in un filo d'olio, avrete fatto appassire lo scalogno tritato. Regolate di sale e di pepe e lasciate insaporire.

- Trasferite il composto in una ciotola e, appena si sarà intiepidito, unite la besciamella, il parmigiano, lo zafferano e qualche seme di cumino; regolate di sale e di pepe e mescolate bene. Trasferite il composto in una pirofila imburrata e livellate e pressate bene la superficie.

- Sistemate la pirofila nel forno preriscaldato a 180°C e fate cuocere per circa 25 minuti; a cottura ultimata spolverate con altri semi di cumino e servite.



Sformati, soufflé e terrine



67 Soufflé leggero ai cavoletti di Bruxelles

🕒 25 min. 🕒 40 min.



Ingredienti

- ▶ 600 g di cavoletti di Bruxelles
- ▶ 80 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 40 g di emmental
- ▶ 1 scalogno
- ▶ 2 uova
- ▶ 4 dl di besciamella
- ▶ noce moscata
- ▶ burro
- ▶ sale, pepe

● Mondate i cavoletti e metteteli a lessare in acqua bollente leggermente salata per 10 minuti, quindi scolateli.

● In una padella con una noce di burro rosolate lo scalogno tritato, aggiungete i cavoletti, salate, pepate e fate insaporire per qualche minuto, quindi lasciate intiepidire e frullate il tutto in modo da ottenere una crema.

● Versate il composto in una ciotola e unite la besciamella, i tuorli, un pizzico di noce moscata, il parmigiano e l'emmental tritato. Regolate di sale e di pepe e incorporate gli albumi montati a neve con un pizzico di sale; mescolate delicatamente dall'alto verso il basso, in modo da non smontare il composto.

● Versate il composto in una pirofila imburrata; mettetelo in forno ben caldo e cuocete a 200°C per 30 minuti, senza mai aprire il forno. Lasciate riposare per un paio di minuti prima di servirlo.



Sformati, soufflé e terrine



68 Sformato cremoso di fagiolini e patate

🕒 25 min. 🕒 1 h



Ingredienti

- ▶ 600 g di fagiolini
- ▶ 400 g di patate
- ▶ 120 g di ricotta
- ▶ 2 uova
- ▶ 1 dl di latte
- ▶ 60 g di parmigiano grattugiato
- ▶ 20 g di pangrattato
- ▶ burro
- ▶ olio extravergine d'oliva
- ▶ sale, pepe

● Lessate le patate in abbondante acqua salata per circa 20 minuti, poi sbucciatele e passatele allo schiacciapatate.

● Nel frattempo mondate i fagiolini, lavateli e lessateli in acqua salata per un quarto d'ora, quindi scolateli al dente e fateli insaporire in padella con una noce di burro; infine frullateli.

● In un recipiente mischiate le patate e i fagiolini; quando il composto sarà freddo, unite le uova, la ricotta, il latte, il parmigiano, sale e pepe.

● Versate il composto in uno stampo da plum cake precedentemente imburato. Cospargete la superficie di pangrattato e infornate in forno caldo a 200°C per 40 minuti.

