

coop

# C'era una volta... la pastinaca



Alte Sorten neu entdeckt.  
Redécouvrir des espèces anciennes.  
Specie vecchie riscoperte.



## **Nidi di pastinaca e porro**

Per 4 persone

*A persona*

*ca. 1630 kJ/340 kcal*

*Tempo di preparazione:*

*ca. 40 minuti*

*Tempo di cottura:*

*ca. 20 minuti*

### **Ingredienti**

*250 g di pastinache,  
200 g di porro, 1 c. di  
burro da arrostire, 1 c.no  
di foglioline di rosmarino  
tritate grossolanamente,  
pepe appena macinato,  
sale marino, farina, 2 uova,  
burro da arrostire*

### **Preparazione**

Pelare le pastinache e ricavare delle listarelle lunghe con il pelapatate; dimezzare il porro nel senso della lunghezza e tagliare a striscioline lunghe.

Rosolare le pastinache nel burro per arrostire, sfumare con alcuni cucchiari di acqua, portare ad ebollizione e far cuocere a fuoco lento per 4 minuti.

Servendosi di una forchetta, arrotolare (come si fa con gli spaghetti) poco alla volta la verdura, passarla prima nell'uovo e poi nella farina quindi friggere nel burro per arrostire.

Servire con un sugo al pomodoro e riso selvatico.