



ARROSTO DI LENTICCHIE

Difficolt: Media



In questo periodo di lenticchie se ne vedono parecchie nelle nostre case, ecco la ricetta ideale per utilizzare quelle avanzate e non ... vediamo insieme come si prepara

- lenticchie 400gr. già cotte
- mozzarella 1
- noci 100gr. sgusciate
- pangrattato 50gr.
- pomodoro salsa 500gr.
- olio EVO
- pepe
- sale
- scalogno 1
- uova 1 intero

Facciamo appassire lo scalogno in una padella con abbondante olio aggiungiamo le lenticchie (se non le abbiamo avanzate possiamo utilizzare quelle in scatola) e lasciamole insaporire
nel frattempo tritiamo grossolanamente le noci, non dobbiamo ridurle a farina, perché



conferiscono croccantezza al piatto



non appena le lenticchie si sono insaporite, passiamole nel passavere o frulliamole; uniamo al composto così ottenuto un uovo intero ed amalgamiamo bene



A questo punto aggiungiamo il pangrattato e le noci uniamo leggermente la carta forno, mettiamo sopra il composto di lenticchie, diamo la forma dell'arrosto ed arrotoliamo



mettiamo in una teglia e inforniamo a 180° per 30 minuti;
lasciamo raffreddare qualche minuto, tagliamo a fettine spesse circa 2cm. e intogliamo: sul fondo della teglia mettiamo un pÅ² di passata di pomodoro, sale pepe e olio, poi le fettine di arrosto, sopra altra passata di pomodoro sale pepe e olio e abbondante mozzarella (io qui non l'avevo e ho messo il parmigiano).



Inforniamo qualche minuto per far sciogliere la mozzarella e serviamo caldo



Buon appetito!!!

Copyright <http://www.cosacuciniamo.it> 2013 - All Rights Reserved.
Ricette eseguite e fotografate da Emanuela Anselmi