

ANTIPASTI E SNACK

Bignè di cavolfiore

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

1 cavolfiore da 600 g
1 uovo
70 g farina
1 cucchiaio prezzemolo tritato
1/2 limone
3 cucchiari di olio d'oliva
olio di semi per friggere
20 g di burro
sale
pepe.

PREPARAZIONE

1 Mettete in una terrina la farina, fatevi un incavo nel mezzo, salate, pepate e versate nel centro il burro fuso. Con una forchetta mescolate, unendo a filo anche un po' di acqua fino a ottenere una pastella mediamente consistente. Fatela riposare per 1 ora a temperatura ambiente.

Intanto fate cuocere il cavolfiore per 15 minuti, poi dividetelo a cimette, sgocciolatelo e asciugatelo bene e mettetelo in una marinata composta dall'olio, dal succo del limone e dal prezzemolo tritato.

Ultimato il tempo di riposo della pastella, montate a neve densa l'albume e unitelo al composto con molta delicatezza non mescolando in senso circolare, ma sollevandolo dal basso verso l'alto.

2 Dopodichè immergetevi le cimette sgocciate dalla marinata e friggetele in olio bollente: dovranno gonfiarsi e dorarsi bene.