

ANTIPASTI E SNACK

Crostata salata: un rustico saporito e facile da preparare

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 30 min COTTURA: 30 min COSTO: basso

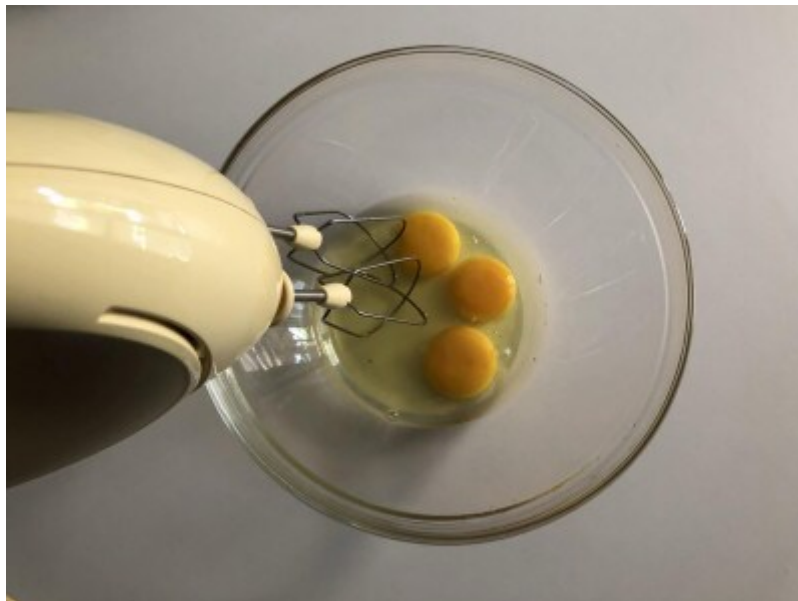
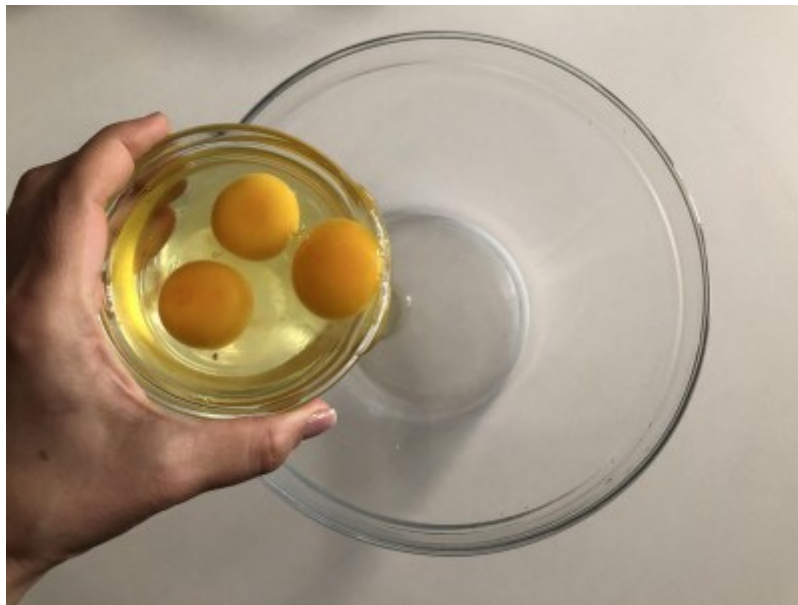
REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

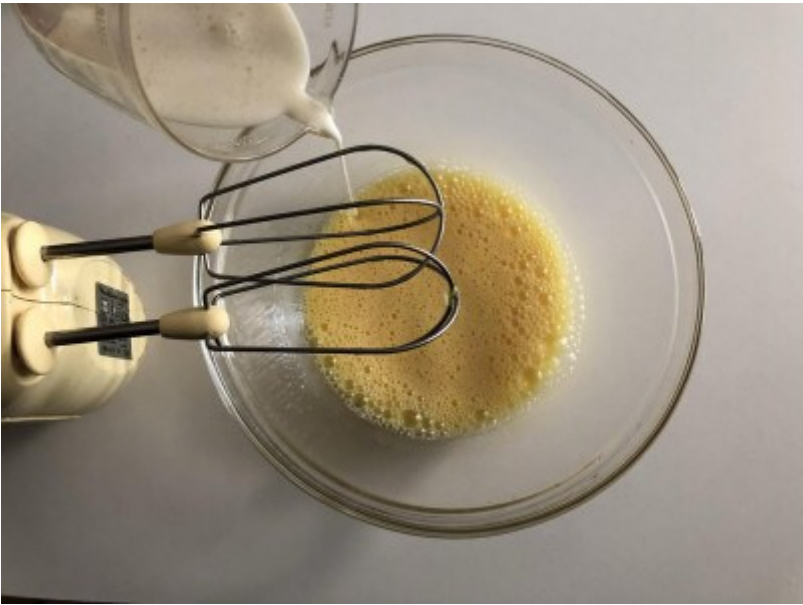
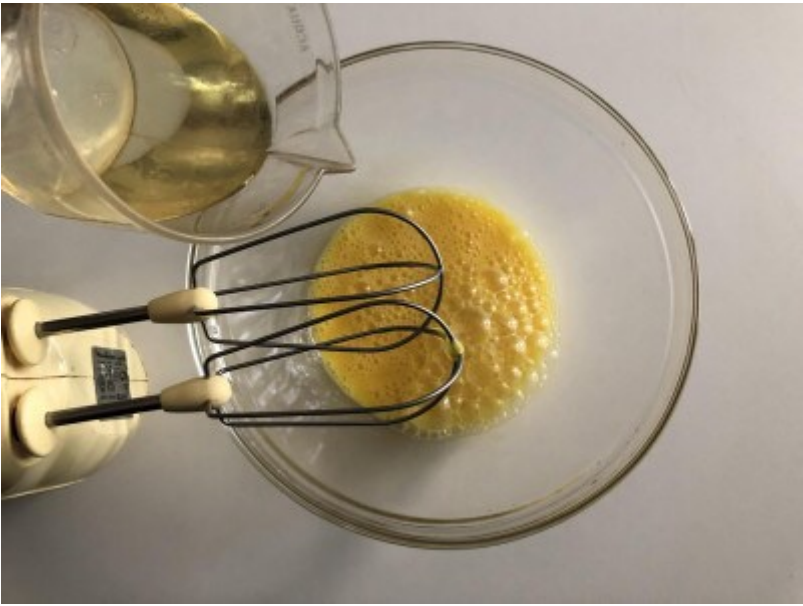
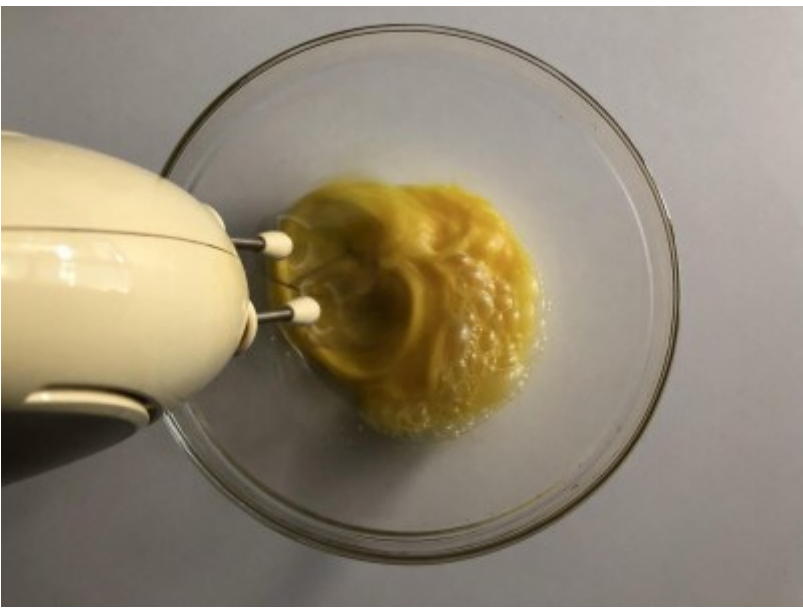


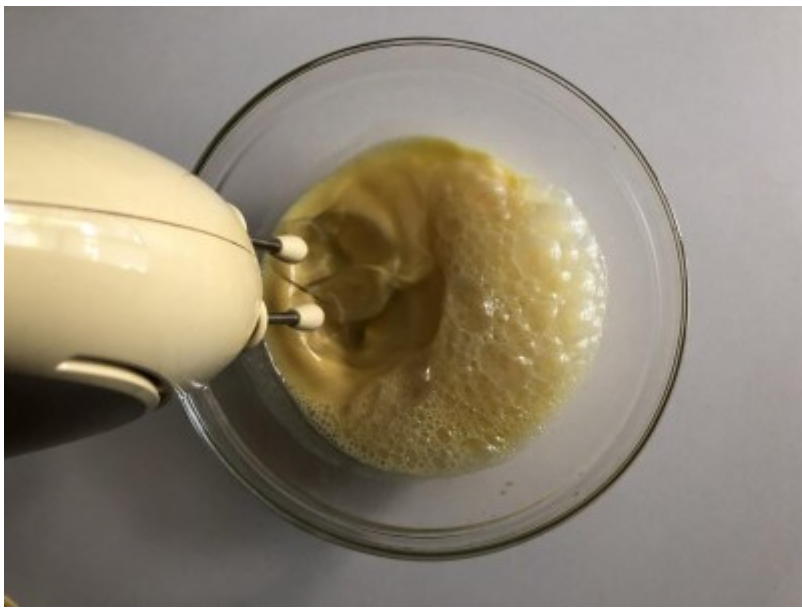
Vuoi un'idea sfiziosa e versatile? La crostata salata è perfetta con tante varianti di verdure! Con pochi ingredienti e semplici passaggi, preparerai una crostata rustica irresistibile.

COME FARE LA BASE DELLA CROSTATA SALATA

- 1 Sguscia le uova in una ciotola e sbattile con una frusta. Aggiungi l'olio e il latte, mescolando bene.







2 Unisci la farina setacciata poco alla volta, mescolando mentre viene assorbita



- 3 Aggiungi il Grana Padano, il sale e il lievito, continuando a mescolare fino a ottenere un composto omogeneo.







- 4 Versa l'impasto in uno stampo da crostata da 26-28 cm, imburato e infarinato. Cuoci in forno ventilato a 200°C per 20-25 minuti, fino a doratura.





COME FARE IL RIPIENO DELLA CROSTATA SALATA

1 Lava la melanzana e i pomodorini. Taglia la melanzana a cubetti.





2 Scalda un filo d'olio in una padella e aggiungi l'aglio schiacciato e le melanzane. Regola di sale e cuoci a fiamma dolce per 10 minuti, mescolando ogni tanto.







- 3 Taglia i pomodorini a cubetti e aggiungili alle melanzane insieme al basilico. Cuoci per altri 10-15 minuti fino a quando le verdure saranno morbide.





COME CUOCERE LA CROSTATA SALATA MORBIDA

- 1 Sforna la crostata, capvolgila e farciscila con le verdure preparate





2 Taglia la feta a pezzetti e distribuiscila sulla superficie. Completa con qualche foglia di

basilico fresco.







VUOI UNA TORTA SALATA SFIZIOSA? PROVA LA CROSTATA SALATA CON

La **crostata salata** è un rustico soffice e saporito, perfetto per ogni occasione. Grazie alla sua **base morbida** e al **ripieno ricco di verdure e formaggio**, è una soluzione gustosa per una cena veloce o un aperitivo sfizioso. Questa versione con melanzane, pomodorini e feta è **leggera e profumata**, ma puoi personalizzarla con altri ingredienti in base ai tuoi gusti.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Impasto soffice: Lavora bene gli ingredienti per ottenere una base morbida e ben amalgamata.

Verdure perfette: Taglia le melanzane a cubetti piccoli per garantire una cottura uniforme.

Riduzione dello spreco: Usa altre verdure di stagione o formaggi avanzati per personalizzare la ricetta.

Varianti: Prova con peperoni, zucchine o scamorza affumicata per un sapore più intenso.

COME CONSERVARE LA CROSTATA SALATA

La crostata salata può essere conservata in frigorifero, avvolta nella pellicola trasparente, per un massimo di 2 giorni.

Si sconsiglia la congelazione dopo la cottura, ma puoi preparare la base in anticipo e farcirlo prima di servire.

POTRESTI CUCINARE ANCHE...

Torta salata: un classico rustico dal sapore delicato.

Quiche lorraine: la celebre torta salata francese con pancetta e formaggio.

Plumcake salato con kefir e verdure: soffice e perfetto per un brunch.

Focaccia: ideale per accompagnare formaggi e salumi.

Girelle salate: sfiziose e perfette per un buffet.

Pizza rustica: un'alternativa gustosa.