ANTIPASTI E SNACK

Crostini di pane di semola con cime di rapa e acciughe

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 10 min COSTO: molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Organizzare un aperitivo all'ultimo minuto o **un antipasto gustoso** senza passare ore ai fornelli può sembrare un'impresa ardua. Invece, la soluzione è spesso racchiusa in pochi ingredienti genuini, capaci di sprigionare sapori intensi. I **crostini di pane di semola con cime di rapa e acciughe** sono esattamente questo: un concentrato di gusto mediterraneo che risolve la serata. Il contrasto tra il pane tostato croccante, la nota amarognola della verdura saltata in padella e la sapidità del pesce crea un equilibrio perfetto per il palato.

Se ti avanza della verdura, puoi frullarla per creare

un profumato pesto di cime di rapa. Per arricchire il tagliere, gioca con i contrasti affiancando sapori dolci, come dei raffinati crostini con uva e caprino, oppure resta sulle note rustiche con i classici crostoni di cavolo nero. Per una presentazione d'effetto, accompagna gli stuzzichini con dei coreografici cestini di parmigiano. Basta un po' di fantasia per allestire la cena veloce che salva la serata: 5 crostini caldi e sfiziosissimi, diventeranno la risposta perfetta per ricevere gli amici senza alcuno stress.

INGREDIENTI PER I CROSTINI DI PANE DI SEMOLA CON CIME DI RAPA E ACCIUGHE

PANE DI SEMOLA 8 fette

CIME DI RAPA pulite - 500 gr

FILETTI DI ACCIUGHE SOTT'OLIO 8

SPICCHIO DI AGLIO 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPERONCINO

Prepara la ricetta

1 Lava accuratamente le cime di rapa già pulite sotto l'acqua corrente e sgrondale bene.

In una padella capiente, scalda un generoso giro d'olio extravergine d'oliva con lo spicchio d'aglio sbucciato (e il peperoncino, se ti piace





2 Aggiungi le cime di rapa nella padella, sala leggermente (ricorda che le acciughe sono sapide) e copri con un coperchio.

Cuoci a fuoco medio per circa 8-10 minuti, o finché le cime di rapa non saranno tenere, mescolando di tanto in tanto.

Nel frattempo, tosta le fette di pane di semola su una bistecchiera ben calda o nel tostapane, fino a doratura.





3 Disponi le fette di pane tostato su un tagliere o un vassoio.

Distribuisci abbondantemente le cime di rapa saltate su ogni fetta di pane.

Adagia un filetto di acciuga (o due, se piccoli) su ogni crostino.

Servi i crostini ben caldi, completando, se vuoi, con un filo d'olio a crudo.





Trucchi, consigli e varianti

Attenzione al sale: poiché le acciughe sono già naturalmente molto sapide, è essenziale salare solo leggermente le verdure in padella per non sbilanciare i sapori.
Tostatura perfetta: scalda bene la bistecchiera o usa un tostapane per dorare le fette di pane. Il pane deve risultare ben rigido per sostenere il peso e l'umidità del condimento.
Sgrondare le verdure: dopo averle lavate, è fondamentale sgrondare accuratamente le cime di rapa. Se rimangono intrise d'acqua, annacqueranno il pane rendendolo molle.
Variante piccante: se ami i sapori forti, aggiungi del peperoncino nell'olio insieme allo spicchio d'aglio prima di saltare la verdura.

Conservazione

Si consiglia di consumare l'antipasto appena preparato per mantenere il pane fragrante. Se le verdure sono state preparate in anticipo, è possibile conservare le cime di rapa già cotte in frigorifero per 2 giorni, chiuse in un contenitore ermetico. I crostini già assemblati non sono adatti alla conservazione o al congelamento, poiché l'umidità rovinerebbe irrimediabilmente la consistenza del pane tostato. Si sconsiglia di congelare la verdura dopo la cottura in padella.