

ANTIPASTI E SNACK

## Frittata: ricetta base e varianti gustose

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#)    PREPARAZIONE: [5 min](#)    COTTURA: [15 min](#)    COSTO:

[molto basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



### INGREDIENTI PER FARE LA FRITTATA

UOVA MEDIE 8

PARMIGIANO REGGIANO

GRATTUGIATO 80 gr

SALE FINO

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2  
cucchiaini da tavola

PEPE NERO facoltativo - 1 pizzico

La **frittata** è un **piatto classico** della cucina italiana, apprezzato per la sua **semplicità e versatilità**.

Preparata con **uova** e arricchita con gli ingredienti che più ti piacciono, la **frittata può essere servita calda o fredda**, come [antipasto](#), [secondo piatto](#) o persino come **snack**.

Scopri come preparare una [frittata](#) perfetta seguendo i nostri consigli e sperimenta con le tante varianti che ti proponiamo. *Iniziamo a cucinare?*

# COME FARE LA FRITTATA

- 1 in una ciotola capiente, sguscia le uova e condiscile con poco sale, sbatti le uova con una frusta a mano, in modo energico, fino ad ottenere un composto leggermente spumoso.



- 2 Aggiungi il parmigiano reggiano grattugiato e riprendi a sbattere il composto per amalgamarlo al formaggio.



- 3 In una padella antiaderente da circa 26-28 cm. di diametro, fai scaldare i due cucchiai di olio extravergine di oliva. Quando l'olio sarà caldo versaci il composto di uova e formaggio. Regola al minimo la fiamma del fornello e fai cuocere la frittata, coperta con il coperchio della pentola per circa 7-8 minuti.



- 4 Con una spatola controlla che la frittata sia cotta, quindi stacca delicatamente i bordi, spostati dal fuoco e con l'aiuto di un coperchio o di un piatto, gira delicatamente la frittata e rimettila nella padella. Fai cuocere la frittata a fuoco dolce anche dall'altro lato, occorrono circa 5/6 minuti.

Servi la frittata direttamente dalla padella, appena tolta dal fuoco in modo da gustarne appieno la fragranza.





## COME SI CONSERVA LA FRITTATA

La frittata può essere conservata in frigorifero in un contenitore ermetico per 2-3 giorni. Può essere gustata fredda o riscaldata rapidamente in padella o nel microonde.