

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Rosti di cavolfiore

di: *Cookaround*

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 35 min COSTO: basso
REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



Il **rosti di cavolfiore** è davvero un'idea geniale, di quelle che bisogna provare assolutamente. È una ricetta facile, veloce e soprattutto molto economica, praticamente un asso nella manica in cucina. Questa versione vi sorprenderà perché il risultato finale è davvero gustoso e piacerà a tutti, anche a chi in genere non ama il sapore forte delle crucifere come spesso succede ai bambini che ne andranno invece matti.

Potete servire questi rosti come secondo, piatto unico o perché no, facendoli più piccoli come sfizioso finger food. Provate questa ricetta, vi conquisterà e conquisterà anche i palati più difficili!

Se poi siete amanti di questo ortaggio, provate anche:

- cavolfiore gratinato
- cavolfiore in pastella
- crema di cavolfiore

INGREDIENTI

- CAVOLFIORE 1
- SALE ½ cucchiaini da tè
- OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2 cucchiaini da tavola
- ERBA CIPOLLINA 1 cucchiaino da tavola
- SPICCHIO DI AGLIO tritati - 3
- BASILICO SECCO 1 cucchiaino da tè
- PEPE NERO ½ cucchiaini da tè
- PARMIGIANO GRATTUGIATO 50 gr
- UOVA 2

Preparazione

1 Quando volete realizzare la ricetta del rosti di cavolfiore, per prima cosa lavate per bene l'ortaggio ed asciugatelo alla meglio con un po' di carta. Fatto ciò per vostra comodità tagliatelo a metà quindi grattugiatelo con una grattugia a fori larghi e versate il risultato all'interno di una ciotola capiente. Aggiungete il sale e mescolate in modo che vada un po' ovunque. Fatto ciò, strizzate il cavolfiore salato in un canovaccio pulito in modo da far uscire quanta più acqua possibile e rimettete il tutto nel contenitore precedente. Aggiungete l'olio, l'erba cipollina, l'aglio, il basilico secco, il parmigiano le uova e aggiustate di sale e pepe. Mescolate per bene con un mestolo o una forchetta e amalgamate tutti gli ingredienti in maniera uniforme. A questo punto con le mani prelevate una quantità di impasto adatta e formate delle schiacciatine direttamente sulla carta da forno. Infornate per 35 minuti a 180 gradi o almeno fin quando i bordi saranno ben coloriti.

I rosti di cavolfiore sono pronti da gustare, serviteli caldi abbinati alle salse che più vi stuzzicano.

Consiglio