ANTIPASTI E SNACK

Uova ripiene

DOSI PER: 6 pezzi DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 10 min COSTO: molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

Le **uova ripiene** sono un classico antipasto, ideale per **Pasqua** e le feste. Questa versione semplice prevede un ripieno di tuorlo, olive, capperi e maionese, per un **gusto equilibrato e saporito**. Perfette da servire su un letto di insalata, possono essere decorate in modo originale. Preparale in anticipo per farle raffreddare bene e ottenere un risultato perfetto!

INGREDIENTI

UOVA INTERE 6

CAPPERI 2 cucchiai da tè

OLIVE VERDI IN SALAMOIA denocciolate - 20

MAIONESE 1 cucchiaio da tè

CHIODI DI GAROFANO

CAROTE

PREPARAZIONE

1 Le uova sode devono essere ben fredde quando inizierai a farcirle, quindi ti consiglio di

prepararle con anticipo, anche di qualche ora se possibile.

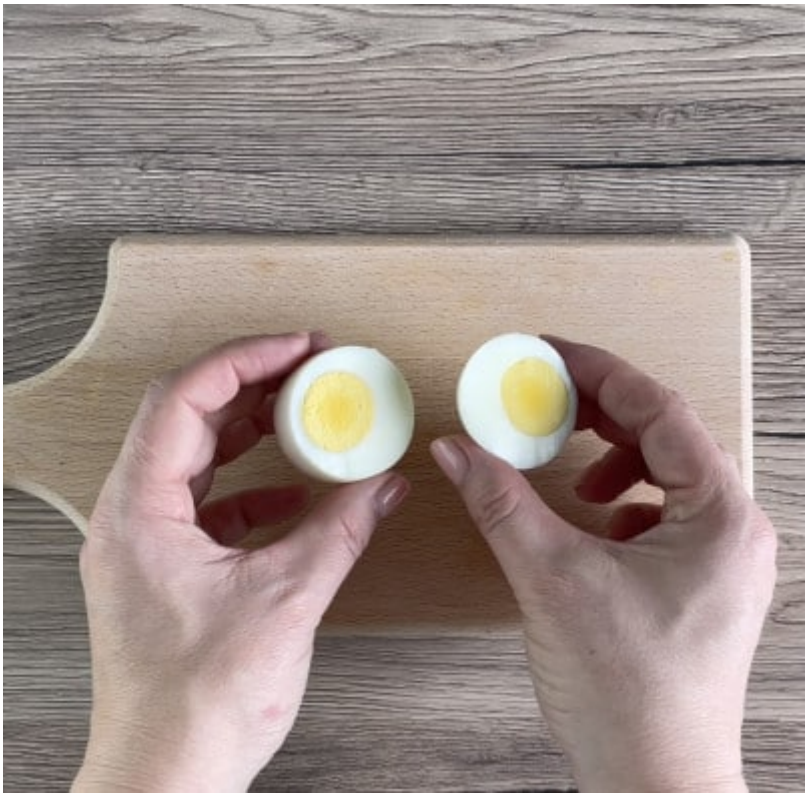
Metti le uova in un tegamino dalla capienza adeguata, le uova non si devono sovrapporre ma nemmeno avere spazio sufficiente per spostarsi. Copri le uova di acqua fredda e accendi il fuoco, da quando inizia il bollore conta 8 minuti di orologio prima spegnere.

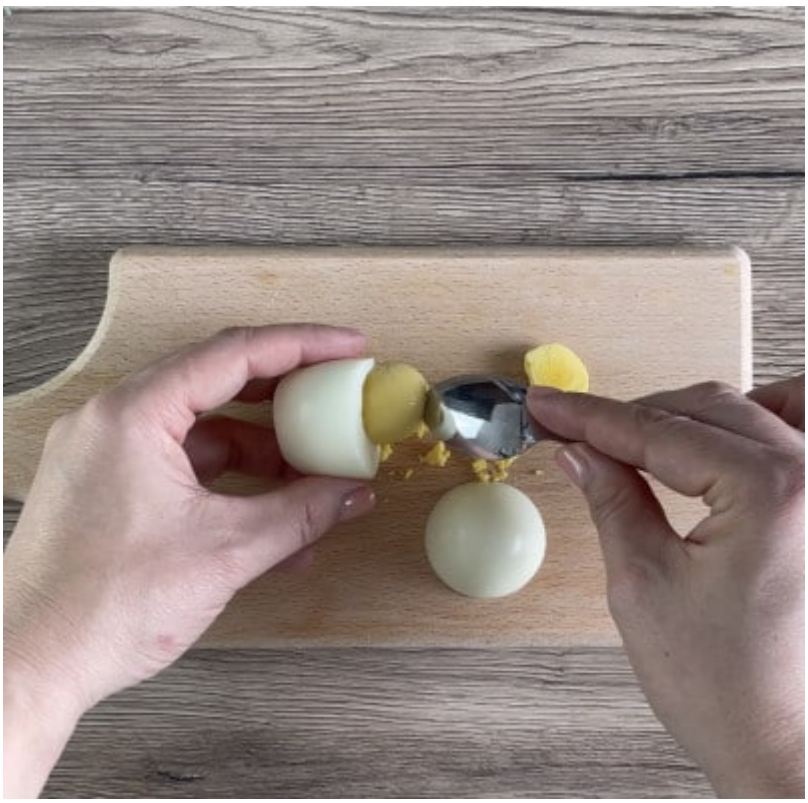
Trascorso il tempo previsto per la cottura metti le uova a bagno in acqua fredda per fermare la cottura.

2 Sguscia le uova con cura, cerca di non rompere l'albume e rimuovi con delicatezza il guscio. Procedi così per tutte e 6 le uova.

n.b. non buttare i gusci, leggi in fondo alla ricetta come puoi riutilizzarli!

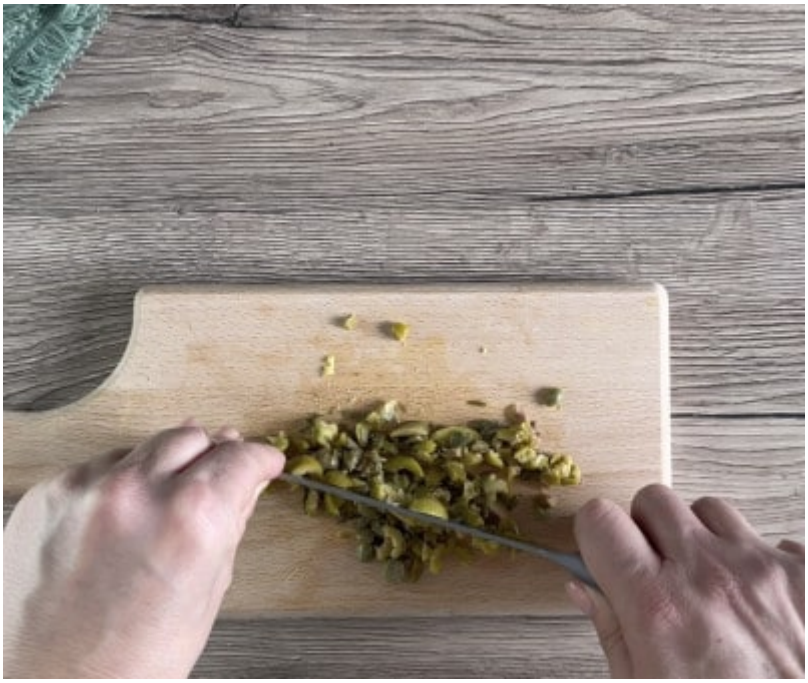
3 Quando avrai sgusciato tutte le uova, prendine una per una e tagliala circa a metà, la parte più larga sarà la base dell'uovo e la punta sarà il cappello. Aiutandoti con un cucchiaino, estrai delicatamente il tuorlo sodo da entrambe le parti dell'uovo.



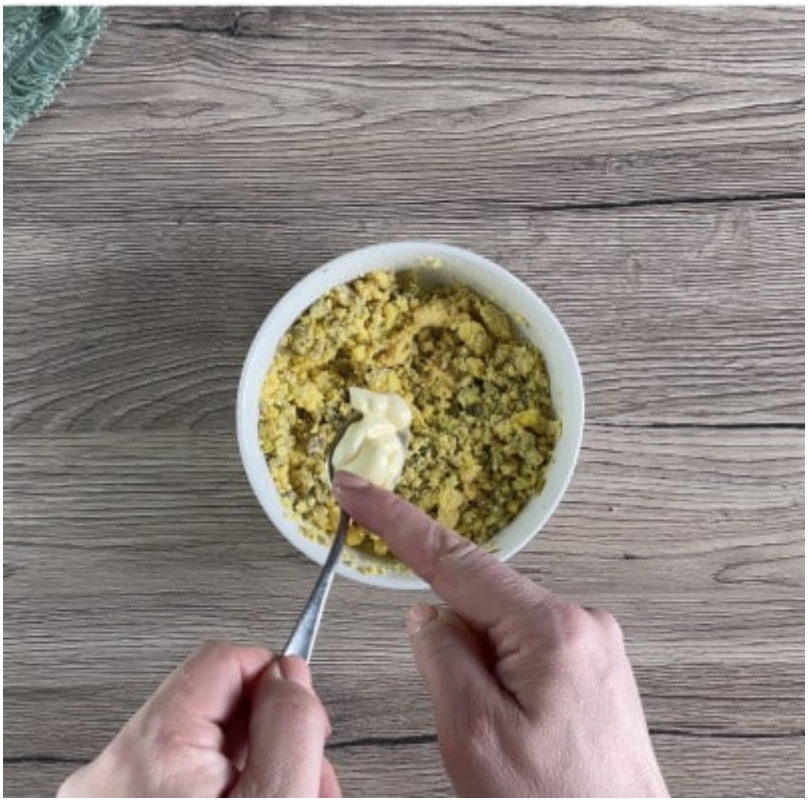


4 Sistema i gusci di albumi su un piano di lavoro stabile e ruvido, in modo che non scivolino via.

5 Adesso metti i tuorli in una ciotola e sbriciolali con una forchetta. A parte sminuzza le olive e i capperi con un coltello e unisci il tutto nella ciotola con i tuorli, mescola e schiaccia con una forchetta per amalgamare il più possibile.

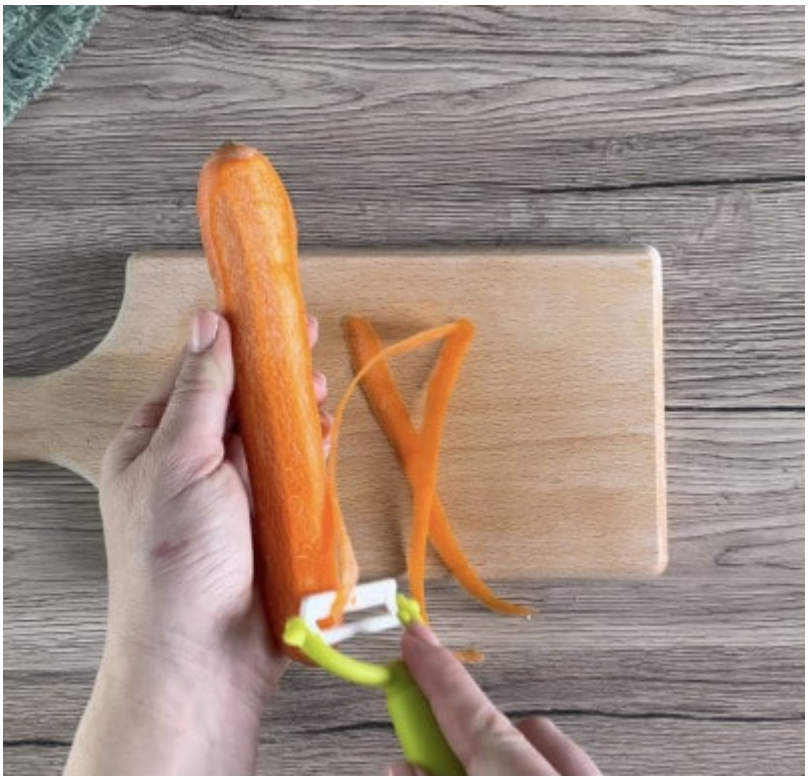


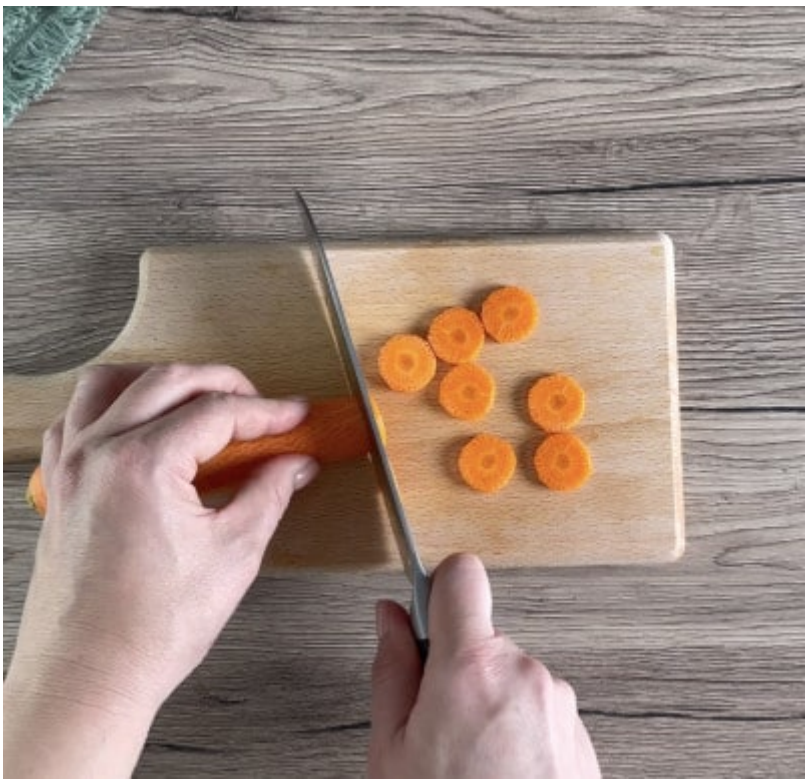
6 Aggiungi anche la quantità di maionese prevista e continua ad amalgamare con la forchetta, adesso con le mani precedentemente inumidite con acqua, prendi un po' di composto e compattalo in una pallina che stia giusta dentro alla base di albume, quindi grossa circa come un tuorlo sodo.

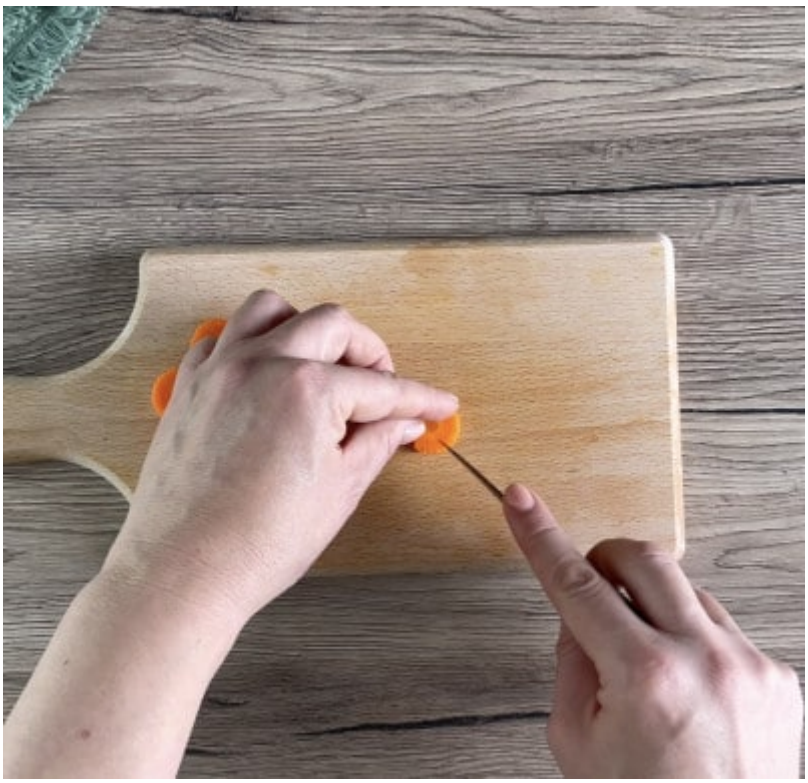


7 Sistema le palline di ripieno dentro alla base di albume sodo e coprilo con la metà superiore. Sistema due chiodi di garofano come se fossero occhi.

8 Lava la carota, pelala con un pelapatate e ricava delle rondelle spesse mezzo cm. con l'aiuto di un coltellino affilato ricava 6 paia di zampette.







9 Le zampette sono solo decorative, per appoggiare l'uovo nel piatto da portata. Sistema le zampette nel piatto da portata in cui avrai sistemato qualche foglia intera di insalata scondita e appoggiaci l'uovo sopra. Porta in tavola come antipasto durante il pranzo di Pasqua.

Trucchi, consigli e riduzione dello spreco alimentare

Cuoci le uova in acqua fredda per evitare che il guscio si rompa durante la cottura.
Raffreddale subito in acqua fredda per facilitarne la sgusciatura.
Se vuoi un ripieno più cremoso, frulla il composto con un mixer.
Non buttare i gusci delle uova: tritali e usali come fertilizzante naturale per le piante.

Come conservare le uova ripiene

Conserva le **uova ripiene** in frigorifero, coperte, per massimo 24 ore. Evita di congelarle, la consistenza ne risentirebbe. Preparale qualche ora prima di servirle per farle insaporire al meglio.

Potresti cucinare anche…

Uova sode morbide alla giapponese: dal gusto delicato e saporito.
Spaghetti con uova sode: un primo piatto originale e gustoso.
Fagiolini e patate al forno con uova sode: contorno ricco e saporito.
Cuddura cu l'ova: dolce pasquale siciliano con uova intere.
Scarcella di Pasqua: biscotti decorati con uova sode.