

PRIMI PIATTI

Vellutata broccoli e gorgonzola

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 20 min COSTO: molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



La **vellutata broccoli e gorgonzola** è il perfetto connubio tra la dolcezza rustica delle crocifere e la spinta sapida e cremosa del formaggio erborinato più amato d'Italia. Questa preparazione trasforma un ortaggio semplice in una portata di classe, ideale per una cena leggera ma ricca di carattere.

Per iniziare il tuo pasto con una nota croccante, potresti servire come antipasto dei [pomodori confit espressi fatti in padella](#) su crostini, oppure accompagnare la vellutata con delle sfiziose [chips croccanti di bresaola](#) per un tocco proteico e sapido. Se ami i piatti unici saporiti, questa crema può essere l'apertura ideale prima di una [frittata alta e soffice in padella](#) o di un morbido [rolo di frittata](#)

. Preparare la vellutata broccoli e gorgonzola è semplicissimo: il segreto sta nella cottura rapida della verdura per preservarne il colore vivace e nella mantecatura finale che deve essere fatta a fuoco spento per garantire una texture impeccabile. Che tu decida di servirla in eleganti ciotoline o in un pratico bicchiere in versione rivisitata, il successo a tavola è assicurato.

INGREDIENTI PER LA VELLUTATA

BROCCOLI E GORGONZOLA

BROCCOLI 700 gr

GORGONZOLA DOLCE 150 gr

PATATE 200 gr

SCALOGNO 1

BRODO VEGETALE 1 l

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2

cucchiaini da tavola

SALE

PEPE NERO

CROSTINI DI PANE opzionali -

PREPARAZIONE DELLA VELLUTATA BROCCOLI E GORGONZOLA

- 1** Prepara le verdure: lava il broccolo e ricava le singole cimette. Pela la patata e tagliala a cubetti piccoli. Sbuccia e trita finemente lo scalogno. Versa un filo d'olio extravergine d'oliva nella pentola capiente, aggiungi lo scalogno tritato e lascialo rosolare a fuoco dolce per un paio di minuti.
- 2** Unisci le patate a cubetti e le cimette di broccolo. Fai insaporire le verdure per circa un minuto, mescolando delicatamente. Versa il brodo vegetale caldo fino a coprire le verdure, aggiungi un pizzico di sale, copri con il coperchio e porta a bollore. Lascia cuocere a fuoco medio-basso per circa 20 minuti, finché le patate e i broccoli non saranno teneri.

3 Togli la pentola dal fuoco e frulla tutto con il frullatore ad immersione fino ad ottenere una crema liscia, vellutata e priva di grumi. Taglia il gorgonzola a cubetti. Aggiungine circa tre quarti direttamente all'interno della vellutata ancora calda e mescola bene con un mestolo per farlo fondere completamente.

4 Assaggia la vellutata e aggiusta di sale e pepe secondo le tue preferenze. Distribuisci la vellutata nei piatti individuali e completa ogni porzione guarnendo con i cubetti di gorgonzola rimasti e una spolverata di pepe fresco. Servila subito, magari accompagnandola con dei crostini di pane croccanti.

IDEE ALTERNATIVE

Versione senza glutine: la ricetta è naturalmente priva di glutine; assicurati solo di non aggiungere crostini di pane comune ma di optare per quelli certificati.

Versione senza lattosio: utilizza un gorgonzola certificato senza lattosio (molti lo sono naturalmente per via della lunga stagionatura) e manteca con un filo d'olio extravergine d'oliva di qualità.

Versione light: riduci la quantità di gorgonzola e aumenta la dose di broccoli, utilizzando una patata piccola per dare corpo alla vellutata senza eccedere nei grassi.

L'idea vegetariana/vegana: questa ricetta è già vegetariana. Per la versione vegana, sostituisci il formaggio con una crema di anacardi e lievito alimentare in scaglie.

L'idea WOW: aggiungi una manciata di nocciole tostate tritate e un filo di miele di castagno in superficie appena prima di servire: il contrasto con il piccante del formaggio renderà la tua vellutata broccoli e gorgonzola un piatto da ristorante stellato.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Trucco per una riuscita sicura: per mantenere un colore verde brillante, cuoci i broccoli in poca acqua o brodo vegetale e, una volta frullati, aggiungi un pizzico di bicarbonato o passali subito in un mixer con del ghiaccio se non li servi immediatamente. Lo shock termico è fondamentale.

Lo sfizio in più: se cerchi una nota rustica, servi la vellutata all'interno di una pagnotta scavata al centro, o accompagnala con dei cubetti di pane passati in padella.

L'idea per i bambini: presentala come la "crema di Hulk" e aggiungi delle stelline di formaggio dolce in superficie.

Idea antispreco: non buttare il gambo dei broccoli! Pela la parte esterna più dura e legnosa, taglia il cuore tenero a cubetti e cuocilo insieme alle cime. È la parte più dolce e nutriente della pianta, ottima anche per arricchire un primo piatto di pasta o un risotto.

CONSERVAZIONE

La vellutata broccoli e gorgonzola si conserva in frigorifero per 2 giorni in un contenitore ermetico. Al momento di consumarla, scaldala lentamente aggiungendo un goccio d'acqua o latte per ridarle fluidità. È possibile congelarla, ma ti consiglio di farlo prima di aggiungere il gorgonzola per una resa migliore al momento dello scongelamento.