

Pacchetti di fillo con belga al forno

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **350Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **vegetariana**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 2 cespi di cicorie belga
- 100 g di caciotte o Galbanino
- 4 fogli di Pasta fillo
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- Sale
- Pepe nero macinato al momento



PREPARAZIONE

- Affettare l'insalata belga, lavarla ed asciugarla con la centrifuga da insalata, oppure tamponarla con uno strofinaccio pulito.
- Affettare il formaggio.
- Stendere un foglio di pasta fillo e spennellarlo da un lato con l'olio, quindi sovrapporre un altro foglio.
- Stendere al centro della pasta metà del formaggio e cospargere con una porzione di belga. Unire un pizzico di sale, una macinata di pepe e chiudere a pacchetto ripiegando i quattro lati.
- Preparare allo stesso modo gli altri pacchetti.
- Mettere i pacchetti su una teglia coperta da un foglio di carta da forno e spennellarli con l'olio rimasto.
- Infornare a 200°C per 15 minuti circa, prolungando la cottura se dovesse occorrere per far ben dorare in superficie.

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

I consigli di Barbara

E' possibile preparare i pacchetti in anticipo e conservarli per un giorno in frigorifero, ben coperti da pellicola trasparente. Cuocerli soltanto al momento di mangiarli.