

# Pannocchie alla piastra

Le **pannocchie alla piastra** sono pannocchie di mais cucinate su una bisticchiera, quindi tagliate a pezzetti e condite. I chicchi di mais si ammorbidiscono e possono essere mangiati direttamente con i denti, staccandoli dal torsolo centrale.

Le **pannocchie alla piastra** si conservano per un paio di giorni in frigorifero. Sono ottime a temperatura ambiente, gustate come contorno in accompagnamento a secondi piatti a base di carne o di pesce, ma anche vegetariani.

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **230Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **45 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

## INGREDIENTI

- 2 pannocchie
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- Sale

## PREPARAZIONE

- Pulire le pannocchie levando le foglie ed i filamenti. Lavarle accuratamente sotto acqua corrente.
- Scaldare la bisticchiera sul fuoco, ungerla con un filo d'olio ed asciugarla bene con carta da cucina.
- Cuocerle per circa 35 minuti, girandole ogni 5-6 minuti, in modo da cuocerle su tutti i lati fintanto che i chicchi di mais non risulteranno di un giallo più intenso, teneri e leggermente abbrustoliti.
- Ritirarle su un tagliere e con un pesante coltello tagliare delle fettine di 3-4 cm di spessore.
- Mettere l'olio in un piattino, rotolarvi brevemente le fettine di pannocchia in modo da ungere uniformemente tutti i chicchi e salare.

## PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti di carne o di pesce.

## STAGIONE

Luglio, agosto

## AUTORE

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

