

Torta salata patate e cavolfiore

La **torta salata patate e cavolfiore** è un tortino a base di patate schiacciate e cimette di cavolfiore, aromatizzato con formaggio affumicato e gratinato con il Parmigiano. E' ottimo appena preparato, ma anche tiepido. Se avanza si tiene per un paio di giorni e può essere riscaldato, anche a fette.

La **torta salata patate e cavolfiore** è un secondo piatto leggero, da servire in accompagnamento a insalata o verdure grigliate o in padella. Tagliato a cubetti, o a fettine sottili, può essere anche un gustoso antipasto.

INFORMAZIONI

- 6 persone
- **200Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 600 g di patate a pasta bianca o gialla
- 600 g di cavolfiori
- 4 rametti di prezzemolo
- 80 g di scamorza affumicata
- 2 uova di gallina
- 50 ml di latte
- Sale
- 50 g di Parmigiano Reggiano grattugiato
- Noce moscata
- Pepe nero macinato al momento
- Burro per lo stampo
- Pane grattugiato per lo stampo

PREPARAZIONE

Preparazione degli ingredienti

- Lavare le patate e lessarle per 30 minuti in acqua bollente salata, oppure cuocerle a vapore per 35-40 minuti.
- Pulire il cavolfiore eliminando le foglie e staccando le cimette dal torsolo. Separatele in modo che siano piuttosto piccole.
- Sciacquare le cimette sotto acqua fresca corrente e lessarle per 10 minuti, oppure cuocerle a vapore per 15-20 minuti circa. Devono essere belle morbide.
- Lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle finemente. Io uso la mezzaluna su un tagliere.
- Tagliare a cubetti la scamorza affumicata.
- Rompere le uova in un piatto e sbatterle molto bene con una forchetta assieme al latte. Devono essere fluide ed aver perso viscosità.

Preparazione della torta

- Pelare le patate e schiacciarle con il schiacciapatate in una ciotola.
- Se si sono cotte a vapore unire un pizzico di sale e mescolare bene.
- Unire il Parmigiano grattugiato, tenendone da parte un po' per la superficie, le uova sbattute, una grattugiata di noce moscata (a me piace abbondante, regolatevi secondo il gusto personale) e una macinata di pepe. Mescolare bene per amalgamare.
- Aggiungete le cimette di cavolfiore, il prezzemolo, i cubetti di scamorza e mescolare delicatamente.
- Imburrare uno stampo a cerniera apribile antiaderente, unire un po' di pangrattato, spargerlo bene per rivestire tutta la superficie ed eliminare le eccedenze.
- Mettere il composto nello stampo e livellarlo.
- Cospargere la superficie con il Parmigiano tenuto da parte e infornare nel forno preriscaldato a 200°C per 20 minuti. Proseguire un po' la cottura se non è ben dorato in superficie.
- Una volta tolto dal forno, attendere una decina di minuti prima di aprire lo stampo e mettere la torta salata in un piatto da portata. Rifilare l'intorno con un coltello se si dovesse essere un poco attaccato.
- Servire.

STAGIONE

Gennaio, febbraio, marzo, settembre, ottobre, novembre, dicembre



VARIANTE VEGETARIANA

Utilizzare formaggi con caglio vegetale. Il Parmigiano può essere sostituito con il Verdiano.

AUTORE

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

I consigli di Barbara

Per 6 persone io uso uno stampo da 24 cm di diametro. Se fate più impasto procuratevi uno stampo un pochino più grande.