OLIO CUORE

Pastierine salate con ricotta e asparagi

Ingredienti

Frolla salata

- 250 g di farina
- 3 tuorli
- 5 cucchiai **Olio Cuore**
- sale, pepe
- 4-5 cucchiai acqua ghiacciata

Farcia

- 150 g grano cotto
- 80 g latte
- 1 uovo
- 80 g ricotta ben sgocciolata
- 70 g asparagi mondati e lessati
- 50 g parmigiano grattugiato
- **Sale Iposodico Iodato Cuore**

- **Portata: Secondi**
- **Tempo: 5''**
- **Persone: 7**
- **Calorie: 312.78 Kcal**
- **Grassi: 13.86 g**

Preparazione

- Frolla salata: cominciare a intridere l’**Olio Cuore** con un pizzico di pepe e sale e la farina.
- Finire di impastare aggiungendo 3 tuorli, il vino e l’acqua e lavorare per 2-3 minuti fino a compattare la frolla. Avvolgerla in pellicola e lasciarla riposare in frigo per 60 minuti.
- Farcia: in un tegame versare il grano e il latte; fare cuocere per 20 minuti da quando inizia il bollore, poi allontanare dal calore e lasciare raffreddare. Salare e pepare.

- Alla farcia aggiungere la ricotta.

- Unire il tuorlo e il formaggio. Mescolare bene il composto.

- Arricchire l’impasto incorporando l’albume montato a neve ferma e gli asparagi a rondelle.

- Stendere la frolla con il matterello e foderare gli stampi di Ø 8 cm imburrati e infarinati, rifilando il bordo. Con la frolla avanzata ritagliare delle strisce da incrociare sulle pastierine. Versare la farcia nei gusci di frolla e livellarla.

- Ricoprire la farcia con le strisce di frolla incrociate e rifilare. Infornare a 180° per 20 minuti. Sfornare le pastiere sulla gratella a raffreddare.

La ricetta è stata preparata con:

Olio di Mais

Sale Iposodico