



TORTINO DI FINOCCHI STUFATI E GRATINATI AL BURRO CON COZZE

Categoria: Contorni **Tempo di preparazione:** 15 minuti **Difficoltà:** medio 🇩🇪

Ingredienti per 4 porzioni

- 4 finocchi di media grossezza
- 3 cipolle rosse
- 2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva
- 1 bicchiere di brodo vegetale
- 400g di cozze sgusciate
- Pan grattato q.b.
- 1 cucchiaio di aceto di vino bianco
- 1 cucchiaino di zucchero
- 400 g di pomodorini datterini gialli
- 1 cucchiaio di vino bianco secco
- 20 capperi
- Aceto balsamico invecchiato q.b.

Ortaggio tipico della stagione invernale, il finocchio è conosciuto per le sue proprietà digestive e diuretiche, contiene molta acqua ed è privo di calorie. Una ricetta semplice, veloce e saporita.

Difficoltà: **bassa**

Costo: **medio**

Tempo di preparazione: **15 minuti**

Porzioni: **4 porzioni**

Preparazione

Pulite e tagliate i finocchi a listarelle, metteteli in ammollo per alcuni minuti, poi scolateli dall'acqua. Pulite e tagliate finemente 1 cipolla, mettetela in un tegame con l'olio evo e fatela dorare.

Aggiungete i finocchi, mescolate e coprite con il brodo vegetale che avrete provveduto a scaldare. Lasciate cuocere a fiamma dolce fino a quando il liquido si sarà del tutto consumato.

Mettete le cozze in una padella con acqua, copritele e lasciatele cuocere fino a quando non si aprono. Togliete l'acqua, sguusciatele e passatele nel pan grattato.

Nel frattempo, preparate 2 cipolle agrodolci: pulitele e tagliatele a fettine sottili, mettetele in una padella con olio evo, sfumatele con l'aceto di vino bianco e 1 cucchiaino di zucchero. Cuocete a fuoco lento per almeno 10 minuti. Fatele raffreddare.

Mettete i finocchi in stampi monoporzione e poggiateli sopra le cozze precedentemente preparate. Lasciate in forno per qualche minuto a 180°.

Preparate la crema di datterini gialli: saltate i pomodorini datterini gialli in padella con olio evo e il cucchiaio di vino bianco secco. Passeteli al setaccio con maglia grossa e disponete la crema ottenuta su ciascun piatto a specchio. Decorate con i capperi e con l'aceto balsamico invecchiato a filo.

Fate raffreddare per un paio di minuti i tortini di finocchi e cozze, posateli su ogni piatto, togliete delicatamente gli stampi e decorate con le cipolle agrodolci. Enjoy!

