

# Uova in cocotte con fagioli cavoletti e speck. E son cavoli...nostri!



Buondì ragazzi, passato bene il primo we di primavera? Io l'ho passato in ottima compagnia.

Come vi avevo accennato è arrivata la mia mamy per un paio di giorni, o forse sarebbe il caso di dire "è arrivato un bastimento carico di..." visto che ogni volta viene a trovarmi porta con sè scorte sufficienti ad una famiglia di 5 persone per due mesi!

Non che la cosa per certi versi mi dispiaccia, frutta e verdura saporita dell'Abruzzo qui mi mancano tantissimo e sono sempre assai gradite, ma arrivare con un fustino per la lavatrice, pacchi di pasta e barattolo di caffè...ecco mi sembra un pizzico esagerato.

Ma tant'è! A Siena forse la spesa non si fa! E stavolta mi son presa pure l'aggravante!

*"Fede la vuoi una fettina?"*

*ohi ohi...la vedo male!*

*"Non me l'hai chiesta più!"*

Io...ho chiesto una fettina io...quando? Forse dovevo essere in delirio perchè l'unica cosa che mi pare di ricordare tra le righe è: *dimmi di sì che vuoi una fettina, tanto te la porto lo stesso!*

Vabbè, confesso che nonostante viva in questa città da vent'anni non so nemmeno dove sia una macelleria, però credevo di essermi liberata dallo spettro dell'infanzia!

“Ok mamma, va bene. Savolta sì”  
*ehhhhhcomesonocontenta!!!*

“Magari una fettina di vitello, ma **UNA SOLA** non di più!”

Per fortuna mi pareva di averla specificata bene la quantità perchè se per il vitello il messaggio è stato recepito, per il numero siamo a quota 3!!!

Già, il numero perfetto! E non ditemi che era talmente grande da doverci fare tre porzioni che non ci credo!

Qui o chiamo in soccorso la cavia per smaltirle in fretta oppure ho esaurito la mia quota carne per tutto il 2011!

*E mo' son cavoli miei!!!*

A dire il vero io di cavoli ne preferisco ben altri, magari piccolini e apparentemente “stranieri”, magari anche in bella compagnia di un ovetto dorato come il sole di primavera e di...scopritelo voi con la ricetta.

**P.S.** suggerimenti per le fettine? Si accettano consigli ^\_\_^

#### **UOVA IN COCOTTE CON FAGIOLI CAVOLETTI E SPECK**

Tempo di preparazione	15 minuti
Tempo di cottura	40 minuti
Tempo passivo	–
Porzioni	2 persone

#### **Ingredienti per 2 persone**

- 3 uova
- 150 gr di fagioli corona già lessati (vanno bene anche quelli bianchi di Spagna)
- 150 gr di cavoletti di Bruxelles
- 50-70 gr di speck
- curry
- scalogno
- olio evo
- sale
- pepe nero

#### **Procedimento**

1. Mondare e lessare i cavoletti di Bruxelles mantenendoli al dente.
2. In una padella far rosolare leggermente lo scalogno tritato con 1-2 cucchiaini di olio e lo speck tagliato a listarelle, aggiungere i cavoletti, i fagioli e lasciar

insaporire il tutto per pochi minuti. Regolare di sale e profumare con il curry.

3. Ungere leggermente due cocottine monoporzione, suddividere all'interno il mix di cavoletti e fagioli, e sgusciare sul tutto un albume, tenendo il tuorlo da parte. Infornare a 180°C per circa 20 minuti.

4. A 5 minuti dal termine, quando ormai l'albume è praticamente rassodato, far scivolare sopra un tuorlo per parte e completare la cottura. In questo modo il tuorlo resterà morbido, perfetto per intingerci un bel pezzetto di pane.

5. Fuori dal forno, insaporire le uova con un pizzico di sale e pepe nero macinato al momento e servire.



E se finora sono stati “cavoli” miei, adesso ragazzi sono “cavoli” vostri perchè nel ringraziare le dolci [Sayuri](#), [Patrizia](#) e [Ale](#) che a sorpresa mi hanno fatto dono di questo premio



vi toccherà sorbirvi 7 cose 7 di me che non sapete...hihihihi!

Suvvia, per stavolta sono buona e ve le risparmio, ma se siete un po' curiosi potete sempre dare una sbirciatina [qui](#).

Regola vorrebbe che passassi il premio ad altri 10 blog, ma visto che per me siete tutti, nessuno escluso, meritevoli di premio, non foss'altro per la pazienza e la costanza con cui mi seguite, io lo dono con affetto a tutti voi e vi auguro una splendida settimana.

Adesso me ne torno a coccolare la mamy, ancora per oggi ^\_\_^