

Tortino di uova con ceci, cavolfiore e salmone. Riciclando...



Vi è mai capitato di riciclare a qualcuno un regalo poco gradito, o addirittura di vedervi "riciclato" un regalo che avete fatto voi stessi?

A me la prima no, è completamente fuori della mia ottica.

In compenso mi è capitata la seconda!

A Natale avevo regalato ad una "conoscente" vicina (...mooolto vicina) una pirofila di porcellana bianca, niente di troppo impegnativo ma che faceva la sua bella figura, giusto per gli auguri.

Qualche settimana fa è successo che quella stessa pirofila, sì proprio quella e mi ci giocherei anche le mani che fosse "lei", è tornata indietro "al mittente" (alias la sottoscritta) con tanto di dedica:

"so che tu cucini spesso, di sicuro ti potrà far comodo!"

Fosse stato qualcun altro probabilmente ci sarei rimasta male ma con lei no, non potevo prendermela. Anzi confesso che la cosa non è che mi sia del tutto dispiaciuta, quella pirofila mi piaceva anche (altrimenti non l'avrei comprata da regalare!) e comodo me lo farà di certo.

Ma dentro di me mi son fatta una gran bella risata: se solo "illa" si fosse

ricordata che gliel'avevo regalata io, penso sarebbe andata a nascondersi altro che dietro la lavagna!

Ora, se vi capitasse invece di preparare un gustoso risotto e da questo vi avanzassero delle belle (ma proprio *BELLE!*) cimette di broccolo, delle saporite falde di salmone e degli sfiziosi ceci un po' agrumati...voi che fareste?

Sì ho capito, qualcuno starà già dicendo "*il bis del risotto*" e io invece...ci ho fatto la frittata!

Sì, proprio la frittata ^__^

Ho sempre detto che l'ovetto in cucina è un vero e proprio jolly di pronto soccorso e anche stavolta, da amico fidato, non si è sottratto dal prestarmi il suo aiuto.

E se per la frittatina usi anche in una pirofilina carina, ecco che il bell'ovetto fa anche la sua figura di tutto rispetto.

Voi l'avreste detto che era un "riciclo"?

Su siate buoni...ditemi di no! La cavia non se n'è accorta ^__^

P.S. Non è che mi sono ricordata degli avanzi solo ora, a distanza di circa 3 settimane! E' che tra un dolce e l'altro la ricetta me l'ero dimenticata in archivio! La vecchiaia...brutta bestia!



Tortino di uova con ceci, cavolfiore e salmone

Tempo di preparazione 15 minuti

Tempo di cottura 30 minuti

Tempo passivo -

Porzioni 2 persone

Ingredienti per 2 persone

- 4 uova
- cimette di cavolo romanesco già lessate q.b.
- ceci già lessati q.b.
- salmone cotto al vapore o lessato q.b. (in alternativa 1 scatola di salmone al naturale)
- 1 tazzina da caffè di latte
- 1 scalogno
- Grand Marnier
- polvere d'arancia
- sale
- olio evo

Procedimento

1. In un tegame far soffriggere leggermente con 1-2 cucchiaini di olio un pezzetto di scalogno tritato.
2. Aggiungere le cimette di broccolo, il salmone sfaldato grossolanamente, i ceci, un pizzico di polvere d'arancia (o un po' di scorza grattugiata) e lasciar insaporire velocemente, sfumando con un goccio di Grand Marnier.
3. Regolare di sale.
4. Sbattere le uova in una ciotola, unire il latte, un pizzico di sale, il mix a base di salmone e mescolare bene.
5. Trasferire il tutto in una pirofila (o in due pirofile monoporzioni) rivestita di carta forno e cuocere in forno caldo a 180°C per circa 20 minuti.
Lasciar riposare un paio di minuti e servire.



Bon Appétit. Alla prossima...