

🔪 SFORMATO DI VERDURE AL FORNO 🔪

Preparazione: 5 min | **Cottura:** 50 min | **Porzioni:** 4 | **Difficoltà:** Facile | **Dieta:** Senza Glutine, Vegetariana



Ingredienti

Per le Verdure

- 1 zucca piccola Delica
- 2 melanzane piccole
- 400 gr di pomodorini
- Sale e origano fresco
- Olio evo per arrostiture

Per la Crema al Pesto

- 200 gr di panna acida
- 50 gr di formaggio feta
- 70 gr di pesto di basilico (già pronto)

Per il Crumble Salato

- 60 gr di frutta secca mista (noci, nocciole, mandorle, semi di zucca e di lino)
- 100 gr di parmigiano grattugiato

Come Preparare

1. Prepara le verdure

- Lava accuratamente la zucca, le melanzane e i pomodorini
- Taglia la zucca a fette non troppo sottili (puoi lasciare la buccia se è tenera)
- Affetta le melanzane a rondelle regolari
- Taglia a metà i pomodorini
- Disponi tutte le verdure su una teglia rivestita con carta forno
- Condisci con olio extravergine d'oliva, sale e origano fresco
- Cuoci in forno preriscaldato a 180°C per circa 30', finché morbide e leggermente dorate

2. Prepara la crema al pesto

- In una ciotola unisci il pesto di basilico e la panna acida
- Aggiungi la feta sbriciolata finemente
- Mescola bene fino a ottenere una crema liscia e omogenea, tieni da parte

4. Assembla lo sformato

- In una teglia da forno crea uno strato con le verdure arrostiti
- Distribuisci sopra in modo uniforme la crema al pesto
- Completa con uno strato generoso di crumble di parmigiano e frutta secca

3. Realizza il crumble salato

- Trita finemente la frutta secca mista con un coltello o un mixer
- Trasferiscila in una ciotola
- Unisci il parmigiano grattugiato e mescola fino a ottenere un composto sabbioso e ben distribuito

5. Gratina e servi

- Inforna a 180°C per circa 20 minuti
- Cuoci finché si sarà formata una crosticina dorata e croccante in superficie
- Sforna e lascia riposare qualche minuto, servi con qualche foglia di basilico fresco

👉 Video ricetta: https://youtube.com/shorts/IeFR5z3ni_M