

Broccoli e ricotta al forno

Senza glutine



Ingredienti

1 broccolo

4 filetti acciughe

1 spicchio Aglio

1 Peperoncino tritato

350 gr ricotta senza lattosio

15 gr Parmigiano

80 gr Pangrattato senza glutine #

sale, pepe, olio extravergine di oliva

Procedimento

Pulite il broccolo e tagliatelo a cimette, quindi lessatelo in acqua o cuocete a vapore. Tagliatelo grossolanamente e rosolatelo per qualche minuto in una padella con due cucchiari di olio, i filetti di acciughe, lo spicchio d'aglio e il peperoncino. Aggiungete un po' di acqua se necessario. Salate, eliminate l'aglio e trasferite i broccoli in una teglia oliata di 10x20 cm. Schiacciate bene. Sbriciolate la ricotta con una forchetta, regolate di sale e pepe, poi ricoprite i broccoli. In una ciotola mescolate il pangrattato, il parmigiano grattugiato e due cucchiari di olio di oliva. Ricoprite la ricotta. Premete bene con il dorso di un cucchiaio. Cuocete nel forno caldo a 200°C per 20-30 minuti: la superficie deve essere dorata.

Ricetta dal web