

# VERDURE

«MACCO» DI PATATE E FAVE CON ERBE DI CAMPO

73

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

169343



## RICETTARIO MAGGIO 2024



**CAROTE GLASSATE, SPINACI NOVELLI E SALSA DI ROBIOLA**

**«MACCO» DI PATATE E FAVE CON ERBE DI CAMPO**

**Cuoco** Walter Pedrazzi

**Impegno** Facile

**Tempo** 50 minuti

**Vegetariana senza glutine**

**INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE**

500 g patate

250 g erbe (bietole rosse, cicorino, tarassaco)

60 g fave fresche sgusciate  
finocchietto  
peperoncino fresco  
prezzemolo  
aglio  
olio extravergine di oliva  
sale  
pepe

**Sbollentate** le fave in acqua salata per un paio di minuti, quindi sbucciatele.

**Lessate** le patate intere con la buccia. Pelatele e schiacciatele con una forchetta. Unite le fave, 4 cucchiaini di olio, un pizzico di sale, una macinata di pepe e ½ cucchiaino di finocchietto sminuzzato.

**Sbollentate** il tarassaco in acqua

bollente fino a che non riprende il bollore, quindi scolatelo.

**Appassite** a fiamma viva per 3 minuti le bietole, il cicorino e il tarassaco in una padella con un filo di olio, 1 spicchio di aglio, qualche peperoncino e 1 cucchiaino di prezzemolo tritato grossolanamente.

**Distribuite** le erbe sul «macco» di patate e fave, completate con una macinata di pepe e servite.

**CAROTE GLASSATE, SPINACI NOVELLI E SALSA DI ROBIOLA**

**Cuoco** Walter Pedrazzi

**Impegno** Facile

**Tempo** 40 minuti

**Vegetariana senza glutine**

**INGREDIENTI PER 6 PERSONE**

350 g carote novelle gialle

350 g carote novelle arancioni

80 g spinaci novelli

50 g robiola

40 g burro chiarificato

10 g cipollotto

2 spicchi di aglio novello  
santoreggia – sale



**Triglie ripiene di spinaci, tarassaco e aneto pag. 72**

Si abbina anche cromaticamente il **Pinot Grigio Colle Ara 2022 di Albino Armani**, un vino sapido e morbido, caratterizzato da un colore oro rosa e da attraenti profumi di pesca e melagrana. 14 euro, [albinoarmani.com](http://albinoarmani.com)

**«Macco» di patate e fave pag. 74  
Rana pescatrice in zuppeta di piselli e fave pag. 72**

Una **Falanghina** agrumata, fruttata e scorrevole accompagna al meglio i piatti di pesce delicati e le ricette vegetariane. Ci piace la 2022 di Villa Raiano, fresca e vibrante, con profumi tropicali. 12 euro, [villaraiano.com](http://villaraiano.com)

**Carote glassate, spinaci novelli e salsa di robiola pag. 74**

Lo **Spumante Brut Balsim 2021** di Aganis è a base di **malvasia istriana** e nasce in Friuli. Con le sue note fresche di albicocca, erbe aromatiche e mandarino candito, il leggero residuo zuccherino e il grado alcolico contenuto, si presta ad accompagnare piatti vegetariani e valorizza al meglio il sapore delle carote. 14 euro, [aganis.wine](http://aganis.wine)

**Pelate** le carote e cuocetele in acqua bollente per 3 minuti.

**Sciogliete** il burro chiarificato in una padella, insaporite con gli spicchi di aglio, sbucciati e tagliati a metà, e rosolatevi le carote per 3-4 minuti, regolando di sale.

**Disponete** gli spinaci in un piatto di portata, salateli; adagiatevi le carote.

**Stemperate** la robiola con un paio di cucchiaini di acqua (utilizzate quella in cui avete cotto le carote), a fuoco dolce, nella stessa padella dove avete rosolato le carote, mescolandola con il burro chiarificato e l'aglio. Spegnete la fiamma e unite 1 cucchiaino di santoreggia tritata. Frullate tutto, ottenendo una salsa.

**Distribuite** la salsa sulle carote e completate con il cipollotto affettato finemente.