
Insalata di asparagi e uova di quaglia in fondine di parmigiano

Autore: Cristina Orlandi

Fonte: Città Nuova

Una simpatica insalata, colorata e saporita, ottima come contorno, raffinata come antipasto ma che potrebbe essere una valida alternativa al secondo se realizzata con fondine più capienti. Ingredienti (4 persone) 200 grammi di asparagi, 8 uova di quaglia, 160 grammi di parmigiano grattugiato, 40 grammi di parmigiano tagliato a lamelle, 1 cespo di insalata, 4 alici sott'olio, aceto balsamico, olio extra vergine d'oliva, q.b. di sale e di pepe. Preparazione Dopo aver lavato gli asparagi, eliminare l'eventuale parte legnosa dei gambi e cuocerli al vapore. Quando saranno cotti, tagliare a rondelle i gambi, lasciando intere le punte. Dividere il parmigiano grattugiato in 4 porzioni e fonderle, una porzione alla volta, in una padellina antiaderente ottenendo una crespella di forma circolare. Quando il formaggio si sarà sciolto, togliere la padella dalla fiamma. Lasciare la crespella di parmigiano nella padella fino a farla intiepidire; quindi, quando potrete toccarla con le dita, prendetela e modellatela su una scodellina capovolta per ottenere una fondina. Preparare nello stesso modo tutte le altre coppette. Mescolare gli asparagi cotti al vapore con l'insalata sminuzzata. Condire il tutto con un'emulsione di olio extravergine di oliva, aceto balsamico, sale e pepe nero macinato al momento. Presentazione Disporre l'insalata nelle fondine di parmigiano, decorare con le uova di quaglia, rassodate, sgusciate e tagliate a metà, con delle lamelle di parmigiano e con un filetto di alice arrotolato e posizionato nel centro.