

ANTIPASTI

Piccole quiche alle cipolle

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

20 min

COTTURA

35 min

CALORIE

450 kcal

Ingredienti per 4 persone

Pasta da pizza pronta	1 rotolo
Cipolle di Tropea	2
Formaggino di capra stagionato tipo crottin	1
Panna	10 cl
Uovo	1
Nocciole tostate	8
Spinaci novelli	1 pugno
Timo fresco	
Olio d'oliva extra-vergine	
Aceto di mele	1 cucchiaio
Zucchero di canna	1 cucchiaio
Sale	

Preparazione

- 1 Affettate sottilissime le cipolle e stufatele in una padella antiaderente, coperta, con 4 cucchiai di olio, per 10 minuti. Versate lo zucchero, l'aceto, salate, alzate la fiamma e fatele caramellare per 5-6 minuti.
- 2 Ricavate dalla pasta da pizza 4 dischi da 12 centimetri e 4 lunghe striscioline sottili per il decoro.
- 3 Rivestite il fondo e i bordi di quattro stampini da tartelletta, bucherellate il fondo e formate un bordino ripiegando la pasta in eccesso. Riempiteli con le cipolle.
- 4 Sbattete la panna con l'uovo e poco timo tritato. Salate e versate sulle cipolle. Mettete su ogni tortina una fetta di caprino e decorate con la pasta.
- 5 Cuocete in forno caldo a 200 gradi per 20 minuti. Cospargete con le nocciole, decorate con le foglie di spinaci e servite subito.