

CONTORNI

Flan tricolore con salsa di peperoni

DOSI

6 persone

■ Ingredienti per 6 persone

Carote	200 g
Fagioli mangiatutto	200 g
Spinaci surgelati	200 g
Tuorli d'uovo	3
Panna	3 cucchiari
Peperone rosso	1
Noce moscata	1 grattatina
Limone	alcune fettine
Foglioline di aneto	
Burro	1 noce
Sale	
Pepe	

■ Preparazione

- 1 Imburrate uno stampo rettangolare della capacità di 1 l, rivestitelo con carta oleata e mettetelo al fresco.
- 2 Fate cuocere separatamente le carote, mondate e tagliate a pezzetti, e i fagioli mangiatutto; fate scongelare gli spinaci cuocendoli per 5 minuti in una pentola senz'acqua.
- 3 Scolate tutti gli ortaggi, tenendo da parte l'acqua di cottura, e passateli al setaccio, separatamente, raccogliendo le puree in tre scodelle.
- 4 Mettete in ciascuna di esse un tuorlo, sale e pepe, mescolate bene, quindi insaporite gli spinaci con la noce moscata e incorporate la panna alla purea di fagioli.
- 5 Stendete il composto di spinaci sul fondo dello stampo, formando uno strato regolare, pressatelo leggermente, copritelo con la purea di fagioli mangiatutto e distribuite su questa il composto di carote.

- 6 Coprite la preparazione con un foglio di carta stagnola e fatela cuocere nel forno già caldo (160 gradi) per 1 ora circa, togliendo il foglio di copertura dopo 45 minuti.
- 7 Preparate la salsa: scottate il peperone in forno, quindi passatelo sotto l'acqua fredda, pelatelo e privatelo dei semi e delle membrane bianche interne.
- 8 Frullatene la polpa insieme a 20 cl dell'acqua di cottura delle verdure, salate e pepate e distribuite la salsina ottenuta in sei piatti individuali.
- 9 Sfornate delicatamente il flan, tagliatelo a fette e mettetene una in ciascun piatto, guarnite con fettine di limone e qualche fogliolina di aneto e servite.