

CONTORNI

Cicoria belga al gratin

DOSI

4 persone

PREPARAZIONE

15 min

COTTURA

1 h

Ingredienti per 4 persone

Insalata cicoria belga	750 g
Succo di limone	2 cucchiaini
Burro	25 g
Sale	
Pepe	

PER LA SALSA

Latte	40 cl
Farina	25 g
Tuorlo d'uovo	1
Formaggio groviera grattugiato	2 cucchiaini
Formaggio parmigiano grattugiato	2 cucchiaini
Noce moscata grattugiata	
Burro	25 g
Sale	
Pepe	

PER LA DECORAZIONE

Prezzemolo	1 ciuffetto
------------	-------------

Preparazione

- 1 Scaldate il forno a 170 gradi (termostato 5). Tagliate la base delle cicorie ed eliminatene la parte amara e le foglie esterne. Asciugatele. Sciogliete il burro, versatelo in una pirofila.
- 2 Disponete le cicorie nella pirofila una accanto all'altra, salatele, pepatele e irroratele di succo di limone.
- 3 Copritele con un foglio di alluminio e fatele cuocere per quarantacinque minuti in forno, finché sembrano trasparenti.

- 4 Nel frattempo, preparate la salsa: fondete il burro in una pentola dal fondo spesso e gettatevi la farina. Lasciate cuocere per due o tre minuti a fuoco moderato mescolando con un cucchiaino di legno.
- 5 Bagnate a poco a poco con il latte, sbattendo con una frusta e portate a ebollizione. Lasciate sobbollire da sette a dieci minuti, mescolando regolarmente, finché la salsa si addensa.
- 6 Ritraetela dal fuoco e incorporatevi il tuorlo e la metà del groviera e del parmigiano. Aggiungete poco sale, pepe abbondante e noce moscata. Tenete in caldo.
- 7 Quando le cicorie sono cotte, sgocciolatele e rimettetele nella pirofila. Copritele con salsa e cospargetele di groviera e parmigiano. Infornate sotto il grill e lasciate gratinare cinque minuti circa.
- 8 Decorate con il prezzemolo. Servite immediatamente nella pirofila di cottura. Potete anche cuocere la cicoria belga in una casseruola, da venticinque a trenta minuti, a fuoco molto moderato e a pentola coperta.
- 9 Trasferitela poi in una pirofila per gratinarla sotto il grill.