

ANTIPASTO INVERNO

Strudel di pasta sfoglia con verza, speck e formaggi

Ingredienti per 8 persone

per lo strudel:

700 grammi verza
200 grammi pasta sfoglia
150 grammi speck affettato sottile e tagliato a listarelle
150 grammi formaggio Asiago
5 grammi semi di finocchio
1 uovo

per la salsa:

0,5 litri di latte
70 grammi formaggio Vezzena grattugiato
20 grammi formaggio Parmigiano grattugiato
70 grammi formaggio Stracchino
20 grammi burro
20 grammi farina 00

per lo strudel:

lessare la verza privata della nervatura in acqua bollente e salata. Scolare bene e asciugare. Tagliare le foglie a metà. Saltare in padella con poco olio di oliva extravergine e i semi di finocchio. Aggiustare di sale e pepe.

Srotolare la pasta sfoglia e stenderla su di una placca da forno insieme alla sua carta.

Creare un primo strato con le fette di verza. Sistemare lo speck e il formaggio Asiago.

Chiudere la pasta sfoglia sigillando i lati con l'uovo sbattuto. Bucare e spennellare la superficie con l'uovo.

Infornare a 180 gradi per 30 minuti.

Estrarre dal forno e lasciare intiepidire per 5 minuti. Tagliare a fette.

per la salsa:

in una casseruola preparare la besciamella. Sciogliere il burro e incorporarvi la farina.

Cuocere mescolando per 3 minuti, togliere dal fuoco e stemperare con il latte. Rimettere sul fuoco e portare ad ebollizione. Togliere dal fuoco, aggiungere il formaggio Stracchino, il formaggio Vezzena e il formaggio Parmigiano. Questi ultimi due grattugiati. Mescolare fino a quando non sono completamente sciolti. Aggiustare di sale e pepe.

Tenere in caldo fino al momento di servire.

il piatto:

servire lo strudel affettato su di un piatto di portata accompagnato dalla salsa ben calda

Composizione dell'antipasto per singola porzione:

Proteine 27,8 grammi

Lipidi 36,5 grammi

Carboidrati 21,5 grammi

Kcal 570