



Miniquiche cacio, pepe e fave

Ingredienti

- 1 confezione di Pasta Sfoglia Rettangolare
- 150 g di Pecorino romano
- 100 g di Mozzarella fiordilatte
- 100 ml di Acqua
- 1 Uovo
- Pepe q.b.
- 20 Fave
- Olio q.b.

Preparazione

1. Ritagliate con un coppapasta delle dimensioni giuste la pasta sfoglia per riempire la teglia di stampi da mini muffin. Ungete con un pennello la teglia e poi sistemate la sfoglia all'interno di ogni incavo. Bucherellate leggermente il fondo e adagiate un pezzettino di mozzarella in ogni quiche. Preparate la crema cacio pepe, unite il pecorino, l'uovo, il pepe (a piacere, meglio se abbondante) e l'acqua tiepida, e mescolate così da ottenere una crema densa. Sbollentate velocemente le fave surgelate e poi eliminate la pellicina bianca che ricopre ogni singolo legume. Versate un cucchiaino abbondante di crema in ogni quiche e adagiatevi sopra un paio di fave. Fate cuocere in forno a 180° per 20 minuti.

Informazioni nutrizionali

carboidrati

Energia

grassi

Fibra

Proteine

Grassi saturi

Sodio

zuccheri

🕒 30

👤 8 8 persone