



Tortine con broccoli,
pomodorini e acciughe

Ingredienti

- 2 confezioni di Pasta Sfoglia Delicata
- 120 g di Ricotta
- 100 g di Mozzarella
- Sale q.b.
- Pepe q.b.
- 200 g di Pomodorini
- 1 spicchio di Aglio
- 1 cucchiaio di Olio extra vergine di oliva
- 16 Capperi
- 8 Acciuga sott'olio
- 300 g di Broccoli
- 1 Uovo

Preparazione

1. Preriscaldare il forno a 180°. Lavate e fate sbollentare i broccoli per una decina di minuti in acqua salata, poi scolateli e trasferiteli in una ciotola con ghiaccio, per farli rimanere di un verde brillante. Pulite e tagliate a fettine i pomodorini. Scaldate un cucchiaio di olio in padella con uno spicchio d'aglio in camicia. Una volta che l'aglio avrà sprigionato il suo aroma, aggiungete i pomodorini, condite con sale e pepe e fate saltare un paio di minuti a fuoco vivace. Stendete le due sfoglie e con uno stampo tondo largo circa 12cm tagliate 8 cerchi. Utilizzando un altro cerchio, con diametro di 9cm effettuate una lieve pressione all'interno dei cerchi per segnare il bordo delle tortine. Grattugiate la mozzarella, unitela alla ricotta, condite con sale e pepe e poi spalmate un cucchiaio di formaggio in ogni tortina. Sistematevi sopra qualche pomodorino saltato, un paio di broccoli, l'acciuga, un paio di capperi per tortina e poi versate su ognuna un filo leggero di olio. Spennellate il bordo con l'uovo sbattuto e informate per 12 minuti circa.

Informazioni nutrizionali

carboidrati

Energia

grassi

Fibra

Proteine

Grassi saturi

Sodio

zuccheri

🕒 32

👥 8 8 persone