



Frittatine di avanzi in crosta

Ingredienti

- 1 confezione di Pasta Sfoglia Delicata Buitoni
- 4 uova
- 100 ml di latte
- 200 g di asparagi o verdure a piacere
- 120 g di formaggio a pasta morbida
- 12 pomodorini
- Q.b. di sale, pepe e basilico

Preparazione

1. Preparate delle frittatine con le verdure che vi avanzano e le uova.
2. Srotolate la pasta sfoglia e ricavate 4 cerchi di circa 12 cm di diametro.
3. Bucherellate ben il fondo, coprite con carta da forno e qualche legume e cuocete la sfoglia in bianco a 200° per 15 minuti
4. Eliminate la carta e i pesetti di legumi e inserite le frittatine nella crosta, spolverate con il parmigiano e infornate altri 10 minuti al massimo.

Informazioni nutrizionali

carboidrati	32.17 g
Energia	446.27 kcal
grassi	24.93 g
Fibra	3.21 g
Proteine	22.73 g
Grassi saturi	10.02 g
Sodio	668.08 mg
zuccheri	6.76 g

⌚ 32

⊕ 4 4