

Sformatino di zucca con fonduta al gorgonzola

Ingredienti

[one-half-first]

Per lo sformatino

1 kg di zucca pulita (ca 700 g saltata)

700 g di salsa besciamella densa (5 dl di latte, 100 g di burro, 100 di farina)

1 dl di crema di latte

3 uova

2 porri solo la parte bianca

50 g di olio evo

100 g di parmigiano grattugiato

Sale e noce moscata qb

Burro fuso per gli stampi

[/one-half-first]

[one-half]

Per la fonduta al gorgonzola

150 g di gorgonzola tipo duro

50 g di parmigiano grattugiato

1/(2 l di panna fresca oppure 1/2 l di salsa besciamella molto fluida (1/2 l di latte, 10 g di farina, 10 di burro, sale)

Per la decorazione

Ciuffetti di prezzemolo

Gherigli di noci o amaretti sbriciolati

Tegole di parmigiano (preparati con parmigiano e farina di mais)

[/one-half]

Procedimento

Per lo sformatino

1. Mondare e tagliare la zucca a cubetti. Tagliare a julienne il porro.

2. Fare appassire dolcemente il porro in una padella con l'olio ed unire i cubetti di zucca.
3. Salare, pepare e lasciare stufare a fuoco lento a recipiente coperto. Quando la zucca risulterà tenera, togliere il coperchio, alzare la fiamma e lasciare cuocere ancora qualche minuto finché l'acqua di vegetazione sarà completamente evaporata.
4. Trasferire la zucca nel bicchiere delo mixer o in un contenitore cilindrico e lasciarlo intiepidire, quindi unire i restanti ingredienti e frullare con un mixer. Regolare di sale e noce moscata.
5. Pennellare con burro fuso gli stampi monodose oppure uno stampo rettangolare da plum cake e versarvi il composto di zucca fino a riempirli completamente.
6. Cuocere a bagnomaria in forno a 165°C per circa 40-50'.
7. Dopo la cottura lasciare riposare lo sformatino per circa 10' prima di sfornarlo e servirlo.

Per la fonduta al gorgonzola

1. Far ridurre della metà la panna fresca oppure preparare la salsa besciamella con le dosi indicate.
2. Unire alla panna bollente il gorgonzola tagliato a cubetti ed il parmigiano grattugiato.
3. Mescolare e continuare la cottura a fuoco dolce fino a quando il gorgonzola si scioglie e la salsa raggiunge la giusta densità. Filtrare al colino cinese se si desidera e tenere in caldo a bagnomaria fino al momento del servizio.

Note:

a) Sostituire il gorgonzola con altri formaggi morbidi es. taleggio, robiola, ecc. e la besciamella leggera con crema di latte fresco.

Finitura del piatto

1. Mettere sul piatto la salsa a specchio.
2. Adagiare lo sformatino sulla salsa dalla parte "coperchio".
3. A piacere guarnire con brunoise di zucca o gherigli di noci o amaretti sbriciolati, tegole di parmigiano e ciuffetti di prezzemolo o aneto. Servire.

Consigli & curiosità

- a) Cospargere gli stampi, dopo averli imburati, con pan grattato.
- b) Lo sformatino può essere preparato in anticipo e rigenerato al momento del servizio nel forno a microonde.
- c) Nelle diete macrobiotiche e vegetariana, gli sformati possono essere realizzati con una besciamella preparata con farina, olio al posto del burro e acqua al posto del latte.
- d) Piatto ipocalorico, può essere servito come secondo e, in piccole dosi, come contorno.
- e) La guarnizione come pure la salsa di accompagnamento varia a secondo dell'ingrediente di base utilizzato nello sformatino (es. lo sformatino di tarassaco potrebbe essere accompagnato con fonduta valdostana e guarnito con pomodorini tagliati a spicchi e ciuffetti di aneto; lo sformatino di broccoli potrebbe essere accompagnato con una salsa all'acciuga e guarnito con ciuffetti di prezzemolo; lo sformatino di zucchine potrebbe essere accompagnato con una

vellutata di pomodoro e guarnito con foglie di basilico o più semplicemente con parmigiano grattugiato spolverato sul piatto e qualche goccia di pesto al basilico; lo sformatino di patate o di verdure a foglie potrebbe essere accompagnato con una salsa al pecorino e una brunoise di verdure.

h) Lo sformatino può essere cotto a secco, ma la cottura a bagnomaria evita la formazione della crosta esterna.

i) Seguendo lo stesso procedimento è possibile preparare altri tipi di sformato (spinaci, zucchine, carciofi, tarassaco, ecc).

l) Cuocere la zucca a vapore.

m) varianti:

Ricetta n 2

1 kg di zucchine o carote o altro (circa 700 g bollite o saltate o cotte al vapore)

1,5 dl di crema di latte

3-4 uova

100 g di parmigiano grattugiato

Sale e noce moscata

Burro fuso per gli stampi

Ricetta n 3

1 kg di zucchine o carote o altro (circa 700 g bollite o saltate o cotte al vapore)

7,5 dl di crema di latte

6-7 uova

3 tuorli

100 g di parmigiano grattugiato

Sale e noce moscata

Burro fuso per gli stampi

Ricetta dello Chef A. Solillo