

Sformato di fagioli borlotti e patate

Lo sformato di fagioli borlotti e patate è un piatto vegetariano nutriente e molto facile da realizzare. Scopri come prepararlo con la nostra ricetta.



La ricetta che ti proponiamo oggi è ideale da preparare nelle giornate d'inverno: uno **sformato vegetariano di fagioli borlotti e patate**.

Per prepararlo abbiamo cotto i fagioli con cipolla, erbe aromatiche e passata di pomodoro, ma **puoi utilizzare anche altri legumi**: prova questo sformato con un **ragù di lenticchie** o con un ragù vegetale realizzato con **noccioline o noci**. Puoi realizzare questa ricetta anche con le **patate dolci** o sostituendo una parte delle patate con la **zucca delica**, cotta e schiacciata.

Difficoltà: bassa

Costo: basso

Tempo di preparazione: 45 min.

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di patate Passo dopo Passo Despar
350 ml di passata di pomodoro Bio,Logico Despar
240 g di fagioli borlotti già cotti Bio,Logico Despar

1 cipolla

1 uovo

40 g di parmigiano reggiano grattugiato + 1 cucchiaio per la superficie

1 cucchiaio di pangrattato

1 rametto di rosmarino

2 foglie di salvia

1 foglia di alloro

1 pizzico di noce moscata

Olio extravergine di oliva q.b.

Sale q.b.

Pepe q.b.

Preparazione

1. Cuoci le patate in abbondante acqua salata finché non sono morbide, occorrono circa 30 minuti. Sbuccia le patate e schiacciale con l'apposito attrezzo, quindi tienile da parte.
2. Sbuccia la cipolla e tritala finemente; trita finemente anche la salvia e il rosmarino.
3. Trasferisci in una casseruola la cipolla e le erbe aromatiche con 2-3 cucchiai di olio, aggiungi i fagioli e lascia insaporire 5 minuti. Copri con la passata di pomodoro e un bicchiere di acqua calda, regola di sale e pepe e cuoci per circa 30 minuti, o finché il pomodoro è ben ristretto.
4. Riprendi le patate, aggiusta di sale, pepe e noce moscata, quindi aggiungi l'uovo leggermente sbattuto e il parmigiano, mescola bene gli ingredienti.
5. Ungi una pirofila con dell'olio e versa sulla base i fagioli al pomodoro; ricopri con il composto di patate distribuendolo in modo omogeneo.



6. Completa in superficie con il parmigiano, il pangrattato e, a piacere, un filo di olio e rosmarino tritato.