

# Torta alla bida

La **torta alla bida** è una torta salata a base di bietola, scalogni, formaggio e uova. È molto morbida e ricca di verdura, che è predominante rispetto alle uova. Con la sua crosticina dorata e leggermente croccante è un ottimo secondo piatto, da servire assieme a un contorno di verdure grigliate.

La **torta alla bida** è ottima anche come antipasto o servita ad un aperitivo tagliata a quadretti. In questo caso dimezzare le dosi. Si può gustare tiepida oppure fredda.

## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **400Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora e ½**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

## INGREDIENTI

- 1 kg di bietola da costa
- Sale grosso
- 6 scalogni
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 100 ml di Brodo vegetale
- Sale fino
- Pepe nero macinato al momento
- 4 uova di gallina
- 2 cucchiai di latte
- 40 g di Parmigiano Reggiano grattugiato
- Noce moscata
- Burro per lo stampo e per gratinare
- Pane grattugiato per lo stampo e per gratinare

## PREPARAZIONE

- Separare le foglie della bietola, sciacquarle accuratamente e tagliare i gambi, scartando quelli troppo duri. Se sono molto lunghi tagliarli a pezzetti. Fare due mucchi separati di gambi e foglie.
- Lessare le bietole in abbondante acqua salata mettendo in pentola prima i gambi e dopo 5 minuti le foglie. Proseguire la cottura per altri 5 minuti.
- Scolare le bietole cotte, metterle in un colino e pestarle con un cucchiaio per fargli perdere l'acqua in eccesso.
- Pulire gli scalogni eliminando lo strato più esterno e tagliarli a spicchietti. Metterli in una padellina assieme all'olio, metterli sul fuoco e farli dorare a fiamma vivace.
- Unire quindi il brodo, un pizzico di sale, una macinata di pepe e cuocere per 10 minuti a fiamma dolce, coperto. Mescolare di tanto in tanto e aggiungere altro brodo se il fondo di cottura dovesse asciugarsi troppo. A fine cottura scoperchiare, alzare la fiamma, far asciugare il fondo di cottura e regolare di sale.
- Mettere bietole e scalogni su un tagliere e spezzettare il tutto grossolanamente con un coltello.
- Rompere le uova in una ciotola, aggiungere il latte, un pizzico di sale e sbattere bene con una forchetta.
- Unire il Parmigiano, tenendone un pochino da parte per gratinare, una grattugiata di noce moscata e una macinata di pepe. Continuare a sbattere.
- Unire la bietola e lo scalogno tritati e amalgamare.
- Imburrare uno stampo di 20x20 cm circa, spolverizzarlo di pangrattato, quindi mettervi il composto.
- Cospargere la superficie con un pochino di pangrattato e il Parmigiano tenuto da parte, qualche fiocchetto di burro e cuocere a 200° C per 40 minuti circa.
- Servire tiepida o fredda.

## STAGIONE

Gennaio, febbraio, marzo, settembre, ottobre, novembre, dicembre

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.



## VARIANTE VEGETARIANA

Utilizza un formaggio da grattugia vegetariano al posto del Parmigiano Reggiano.

## I consigli di Barbara

Se vi piace l'aroma affumicato, sostituire parte del Parmigiano con provola affumicata. Potete anche sostituire il Parmigiano con altro formaggio da grattugia, come ad esempio il Pecorino, o una miscela di formaggi. In questo modo potrete utilizzare i piccoli avanzi di formaggio.