

Torta salata broccoli e cavolfiori

La **torta salata broccoli e cavolfiori** è una torta a base di pasta sfoglia dal sapore complesso e raffinato, dato dalla combinazione dei cavolfiori, dei broccoli, del Gruyere e della besciamella. E' un ottimo secondo sostanzioso e completo da servire con un'insalata dal sapore forte, come ad esempio la rucola.

La **torta salata broccoli e cavolfiori** si può preparare in anticipo. E' buona tiepida, ma si può anche riscaldare se si è raffreddata troppo, nel forno ventilato a 180°C. Volendo si conserva per un giorno in frigorifero, oppure si può congelare: rimane buona per 3 mesi circa.

INFORMAZIONI

- 8 persone
- **290Kcal** a porzione
- difficoltà **media**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **vegetariana**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

Per la preparazione delle verdure

- 400 g di broccoli
- 400 g di cavolfiori
- Sale
- 50 ml di latte
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 2 spicchi di aglio
- Pepe nero macinato al momento

Per la preparazione della besciamella

- 20 g di burro
- 20 g di farina di grano tenero tipo 00
- 200 ml di latte
- 20 g di Gruyere grattugiato
- Noce moscata
- Sale

Per completare la preparazione

- 250 g di Pasta sfoglia
- 20 g di Gruyere grattugiato

PREPARAZIONE

Preparazione delle verdure

- Dividere broccoli e cavolfiori in cimette piccole, lavare bene.
- Cuocere i broccoli in acqua bollente salata per 7-8 minuti, oppure per una decina di minuti a vapore. Ritirarli abbastanza al dente.
- Cuocere allo stesso modo anche i cavolfiori, ma per qualche minuto in più, devono essere cotti e morbidi.
- Mettere i cavolfiori nel tritatutto assieme al latte, un pizzico di sale e azionare l'apparecchio fino ad ottenere un composto omogeneo. Aggiungere altro latte oltre a quello indicato, se occorre per ottenere una crema omogenea. Tenere da parte coperto.
- Mettere in una padella l'olio, l'aglio spellato e portarla sul fuoco. Farlo bene dorare, quindi unire i broccoli. Saltarli vivacemente per 4-5 minuti regolando di sale e aggiungendo una generosa macinata di pepe. Spegnerne il fuoco, coprire e tenere da parte.

Preparazione della besciamella

- Mettere in una casseruola, preferibilmente antiaderente, il burro e portarla su fiamma media. Quando il burro si è sciolto e comincia a schiumare significa che l'acqua che contiene sta evaporando.
- Lasciarlo schiumare per circa un minuto e quando le bollicine cominceranno a diminuire incorporare la farina poco a poco, togliendo il pentolino dal fuoco per qualche istante se il composto tende a scurire troppo e mescolando accuratamente con



la frusta affinché non si formino grumi.

- Versare il latte a temperatura ambiente, poco per volta, stemperandolo bene.
- Alzare la fiamma a fuoco medio e mescolare fino ad ebollizione, quindi aggiungere il Gruyere e una grattugiata di noce moscata. Regolare di sale.
- Proseguire la cottura, mescolando continuamente, fintanto che il composto non acquisisce una consistenza cremosa. Spegnerne e coprire bene.

Completare la preparazione

- Stendere la pasta sfoglia in un rettangolo spesso 2-3 millimetri. Se si usa la pasta sfoglia comprata al supermercato preferire quella rettangolare, altrimenti va bene anche quella tonda.
- Mettere il rettangolo di pasta sfoglia su una teglia, quindi punzecchiarla con i denti di una forchetta in vari punti, in modo che non si gonfi in cottura.
- Cospargere la pasta sfoglia con la crema di cavolfiori, lasciando un centimetro di bordo libero tutto intorno.
- Cospargere la superficie con i broccoli.
- Ripiegare il bordo della torta salata, quindi unire la besciamella a filo e cospargere con il Gruyere grattugiato.
- Cuocere nel forno preriscaldato a 200°C per 20 minuti, prolungando la cottura se dovesse servire a far dorare in superficie.
- Servire tiepida.

STAGIONE

Gennaio, febbraio, settembre, ottobre, novembre, dicembre

AUTORE

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