



di Marco Scaglione
Chef Gluten Free

GLUTEN FREE

SFORMATINO DI Cavolfiore CON GAMBERONE E MELANZANE

Ingredienti

PER 4 PERSONE

300 g di cavolfiore, ½ porro, 1 uovo, 60 g di formaggio senza lattosio, 40 g di latte di riso consentito, 8 gamberoni, ½

melanzana nera, farina di riso finissima consentita, sale fino, pepe nero macinato, olio extra vergine d'oliva, 4 ciuffi belli di basilico fresco

Preparazione

Sciquare bene il cavolo, mettere sul fuoco una pentola con dell'acqua e portare ad ebollizione, far cuocere il cavolo per circa 30 minuti aggiustando di sale.

Trascorso il tempo di cottura, scolare il cavolo e lasciare da parte un paio di mestoli d'acqua di cottura; riporlo un attimo in una terrina.

Affettare a rondelle molto sottili il porro lavato in precedenza, versare in padella con due cucchiai abbondanti d'olio e far rosolare a fiamma dolce.

Aggiungere il cavolo al fondo del porro e farlo cuocere bene insieme al porro, se necessario aggiungere un mestolo d'acqua di cottura, portare ad asciugare il liquido e togliere dal fuoco; versare il tutto in una terrina, frullare bene con il mixer ad immersione, unire il latte di riso,

il parmigiano, una presa di sale, il pepe e continuare a frullare fino a quando il tutto risulterà liscio e cremoso.

Prendere 4 gamberoni e ripulirli dalla testa e dalle carapace, eliminare il budello e sciacquare bene, ungere degli stampi monoporzione con dell'olio, versare il composto di cavolfiore negli stampi e mettere al centro un gamberone, preriscaldare il forno a 180° e mettere a cuocere il tutto per circa 40 minuti.

Nel frattempo affettare le melanzane con uno spessore di 2 mm creando dei dischi, ritagliare nuovamente creando delle listarelle molto sottili, infarinare bene nella farina di riso, setacciare le listarelle di melanzana e mettere a riscaldare l'olio in una padella.

Quando l'olio risulterà ben caldo mette-

re a cuocere le listarelle di melanzane per circa 1/2 minuti avendo cura di mescolare di tanto in tanto, scolare in un panno di carta assorbente, condire con del sale.

Pulire i gamberoni rimasti, togliere la testa e metterla da parte, eliminare una buona parte delle carapace lasciando la coda, incidere il gamberone aprendolo a libro, eliminare il budello; in una padella a parte scaldare un cucchiaio d'olio e scottare a fiamma vivace i gamberoni, per circa 2 minuti, aggiustare di sale.

A questo punto gli sformatini sono pronti, togliere dal forno e lasciarli riposare per qualche minuto, estrarre dal pirottino e mettere al centro del piatto, aggiungere lateralmente i gamberoni con tutta la testa, un ciuffo di melanzana fritta e il basilico.

