



Lasagna di rapa rossa con baccalà e carciofi

Portata: Primi piatti

Tempo di preparazione: Da 30 a 60 Minuti

Difficolta': Media

Ingredienti per 4 persone:

- 100 farina di riso Molino Rossetto
- 40 fecola di patate*
- 6 olio extravergine
- 250 rapa rossa precotta
- 1 uovo
- 300 baccalà dissalato
- 2 mirto fresco
- 1 cipolla rossa
- 2 acciuga
- 1 vino bianco
- 1 scalogno tritato
- 5 carciofi
- 1 coriandolo fresco
- 1/2 bevanda bio riso ChoQuinoa Isola Bio
- 50 amido di mais*
- q.b. farina di mais* per panatura
- 50 margarina*
- 300 brodo vegetale
- q.b. noce moscata
- sale

Preparazione:

Lavorate la rapa, ridotta in purè, con 320 ml di acqua, un pizzico di sale, 1 cucchiaino di olio, l'uovo, la farina di riso e la fecola. Versate 1 mestolo del composto in una teglia rettangolare, unta con 1 cucchiaino di olio, e infornate a 200 °C per 3-4 minuti. Ripetete per 4-5 volte e fate raffreddare le sfoglie su carta assorbente.

Sciogliete la margarina, unite l'amido di mais stemperato con il latte di quinoa e fate addensare, mescolando con una frusta. Salate la besciamella e unite la noce moscata.

Scaldate 2 cucchiaini di olio con lo scalogno e le acciughe, unite i carciofi a spicchi e il coriandolo. Bagnate con il

vino e il brodo, e fate cuocere a fuoco basso per 15 minuti. Unite la besciamella e frullate.

Mettete in una teglia 400 ml di acqua, l'olio rimasto, il mirto, la cipolla a metà e il baccalà, coprite con carta da forno bagnata e mettete in forno caldo a 140 °C per 20 minuti.

Montate la lasagna: in una pirofila bagnata con 1 mestolo di acqua del baccalà alternate le sfoglie, la besciamella e il baccalà a filetti. Spolverizzate con la panatura di mais e fate cuocere in forno caldo a 180 °C per 18 minuti. Guarnite con filetti di baccalà e foglie di mirto.

Prova anche la ricetta del

***Quando trovate un asterisco accanto a uno degli ingredienti di una ricetta, dovete verificare la presenza sulla confezione della scritta senza glutine, oppure fare riferimento alla Spiga Barrata o al Prontuario dell'Associazione Italiana Celiachia (celiachia.it) o scaricare la App AIC Mobile per Android, iPhone e Windows).**

**** Per gli ingredienti indicati con due asterischi, il suggerimento ? di scegliere i prodotti erogabili ai celiaci da parte del SSN: il riferimento ? il Registro degli Alimenti dietetici senza glutine del Ministero della Salute (salute.gov.it).**