Elvea, festa all'italiana

Pirofila in una sola pentola con verdure e carne macinata

ingredienten voor 4 Persone

600 g di	glutenvrij kalfsgehakt
1 bottiglia	ELVEA Polpa di pomodoro
2 cucchiai da tavola di	origano secco
1	cipolla tritata
3	carota tagliata a cubetti
1	courgette in blokjes gesneden
2 manciata di	verse spinazie
1	cavolfiore
1 pizzico di	nootmuskaat
4 cucchiai da tavola di	olio d'oliva
1 pizzico di	sale
	pepe nero

Preparazione

1. Cuocere il cavolfiore a vapore o a bollore finché non diventa tenero. Condire con pepe, sale, noce moscata e 2 cucchiai di olio d'oliva e frullare con un frullatore a immersione fino a ottenere una purea omogenea.
2. Scaldare 2 cucchiai di olio d'oliva in una padella da forno dal fondo spesso e soffriggere la cipolla per 2 minuti. Aggiungere le carote e le zucchine e soffriggere per 5 minuti. Aggiungere quindi la carne macinata e soffriggere fino a quando non si scioglie. Quando la carne macinata è cotta, aggiungere la Polpa Elvea e l'origano.
3. Lasciare cuocere a fuoco lento per 10 minuti. Condire con pepe e sale.
4. Infine, versare la purea di cavolfiore.
5. Conservare in frigorifero e togliere dal forno 10 minuti prima dell'uso.
6. Preriscaldare il forno a 180°C.
7. Cuocere la pirofila per 20 minuti a 180°C.

Servire con una gustosa insalata.
Buon appetito!

Recept in Mustike Yummie