

Frittatine al forno

Ecco a voi un'idea simpatica adatta per un informale aperitivo tra amici o anche come antipasto. Queste frittatine si cuociono al forno per cui sono anche leggere e sane ma soprattutto si preparano in pochissimo tempo.

Tempo di preparazione: 5 minuti

Tempo di cottura: 20 minuti

Dosi per: 12 frittatine

Ingredienti

4 uova

3 cucchiaini di parmigiano

3 rametti di prezzemolo

3 cucchiaini di latte

sale e pepe q.b.

100 gr di formaggio caprino

origano q.b.

Olio EVO q.b.

1. Per prima cosa accendiamo il forno a 190°C statico. In una ciotola sbattiamo le uova con il parmigiano grattugiato, il latte, il prezzemolo finemente tritato, una presa di sale e una di pepe nero macinato.
2. Versiamo il composto nello stampo in silicone [Silikomart](#) sushi roll.
3. Inforniamo e lasciamo cuocere per 20 minuti (se preferite una consistenza interna più "bavosa" far

cuocere per 15 minuti).

4. Estraiamo dal forno e lasciamo raffreddare completamente. Smodelliamo delicatamente le frittatine e con una saccapoche creiamo dei ciuffetti di formaggio caprino mantecato con olio e sale. Finiamo il tutto adagiando una fogliolina di origano su ogni frittatina.

Consigli: Le frittatine al prezzemolo possono essere conservate in frigorifero per 4-5 giorni in un contenitore a chiusura ermetica.

Consigli per gli acquisti: Vassoio, piatti e bicchieri dal servizio estetico quotidiano by [Seletti](#).





