



Involtone saporito - [Visualizza sul sito di Cristina](#)

secondi piatti - uova - salumi

dagli appunti di piera:

6 uova

1 manciata di basilico tritato

1 pizzico di erba cipollina tritata

Formaggio spalmabile tipo quark

4 fette di prosciutto cotto

Formaggio dolce a fettine sottili

4 o 5 zucchine

Aglione olio sale

Innanzitutto ho preparato una frittata con le uova, il basilico, l'erba cipollina, sale e pepe. Ho infornato la frittata a 175° per una decina di minuti in una teglia di alluminio dal fondo 30x37cm. Una volta sfornata l'ho avvolta in un canovaccio umido e l'ho fatta raffreddare. Ho spalmato la frittata con il formaggio quark, ho messo sopra le fette di prosciutto cotto, il formaggio dolce tagliato molto sottile ed infine vi ho distribuito le zucchine tagliate a tocchetti piccolissimi precedentemente stufate con aglio e olio.

Ho di nuovo avvolto la frittata e ho riposto in frigo.

Poi ho tagliato il rotolo a fette ed ho presentato a tavola con contorno di insalata verde.

IL RISULTATO è SEMPRE OTTIMO SIA CALDO CHE FREDDO

io li uso anche a monoporzione, faccio delle piccole frittatine e le guarnisco con quello che ho in frigo, li uso quando ho gente all'improvviso e non sai che fare di cena, nel mio frigo ci sono sempre un sacco di uova

le guarnisco anche con tonno / verdure grigliate / prosciutto / fettine di roastbeef rimasto... a vostra fantasia!!!