

Verdure colorate su letto di formaggio fresco



30 min

Tempo di preparazione



30 min

Tempo totale



Ingredienti per 4 persone

Verdure

- 250g (mini) barbabietole, tagliate a metà per il lungo o in quarti **Di stagione**
- 250g rape autunnali, tagliate a metà per il lungo o in quarti **Di stagione**
- 250g carote, tagliate a metà per il lungo o in quarti **Di stagione**
- 1 cc cumino, macinato, semi di coriandolo, macinati
- 1 Cc origano, tritato
- 2 Cc olio di colza

Formaggio fresco

- 400g formaggio fresco naturale
- 2 cc miele liquido
- 1 spicchio di aglio, schiacciato **Di stagione**
- 1/2 - 1 limone bio, scorza grattugiata
- 2dl panna intera, leggermente montata
- 2 - 4 Cc latte o panna intera, per ammorbidire
- sale e pepe
- ca. 3 Cc succo di limone
- 3 Cc olio di colza

Ecco come si prepara

1 di 2

Mescolare verdure, spezie, origano e olio. Stendere il tutto su una teglia con carta da forno.

Cuocere nel forno preriscaldato a 180 °C (ventilato) per ca. 20 minuti.

2 di 2

Mescolare il formaggio fresco con il miele, l'aglio e la scorza di limone. Mischiare la panna montata, se necessario ammorbidire, e condire.

Disporre nel piatto da portata o nei piatti.

Togliere le verdure dal forno, condirle e stenderle sulla panna al formaggio fresco. Mescolare il succo di limone con l'olio e condire le verdure.