

CIPOLLA CAMELLATA AL BALSAMICO SU VELLUTATA DI ZUCCA E I SUOI SEMI TOSTATI

INGREDIENTI (per 4 persone)

400 gr di zucca
1 patata piccola a pasta bianca
½ scalogno
1 cucchiaio di olio di semi di zucca
250 gr di cipolle rosse toscane
3 cucchiaini di aceto balsamico
6 cucchiaini di zucchero di canna
2 cucchiaini di semi di zucca
olio EVO e sale q.b.



PREPARAZIONE

Tagliate lo scalogno grossolanamente e mettetelo a soffriggere in un filo d'olio EVO. Pulite la patata e la zucca e riduceteli a cubetti. Aggiungeteli al soffritto e lasciate insaporire per pochi minuti. Coprite con ½ lt di acqua bollente e lasciate cuocere una ventina di minuti, sino a quando patata e zucca saranno sufficientemente morbidi e l'acqua pressoché evaporata.

Frullate il composto nel frullatore o col minipimer, ottenendo una consistenza liscia, lucida e senza grumi. Aggiustate di sale e aggiungete l'olio di semi di zucca. Omogeneizzate nuovamente con il frullatore.

Nel frattempo, preparate le cipolle, lavandole, privandole della radice e affettandole a lamelle sottili. Riponetele in una casseruola in teflon, aggiungete aceto e zucchero, e lasciate stufare a fiamma bassa coperte, per almeno 30'. A cottura ultimata, aggiungete un pizzico di sale, per esaltare l'effetto agrodolce.

Tostate i semi di zucca in una padella rovente, per pochi secondi.

Servite caldo, ponendo in una fondina la vellutata di zucca, le cipolle caramellate e spolverizzate con i semi di zucca. In questo modo, otterrete un piatto invitante composto da consistenze e sapori differenti ma perfettamente complementari tra loro!