

Bubble e Squeak (patate e cavoli gratinati) - Piatti di verdure



Difficoltà



Costo



Tempo di preparazione



15 min

Tempo di cottura



40 min

Calorie a porzione



285 kcal

Ingredienti

**DOSI PER
4 porzioni**

300 g di Patate

300 g di Cavoli

200 g di Cavolo verza

1 Cipolla

50 g di Bacon

80 ml di Latte

Noce moscata

20 g di Ghee

20 g di Burro

Sale e Pepe

Preparazione



- Sbucciate le patate e lessatele in acqua leggermente salata per 25 minuti circa, poi scolatele e schiacciatele con una forchetta.
- Aggiungete il latte caldo e il burro fatto ammorbidire a temperatura ambiente e mescolate fino a ottenere un purè. Aggiustate di sale, aromatizzate con una grattugiata abbondante di noce moscata, mescolate e lasciate raffreddare.
- Intanto lavate le rosette di cavolo e cuocetele a vapore per 15 minuti da quando bolle l'acqua.
- Lavate la verza e tagliatela a listarelle, scottatela in acqua bollente salata per 3-4 minuti, poi scolatela.
- Mondate la cipolla, tritatela finemente e trasferitela in una padella antiaderente con il ghee, il bacon, le rosette di cavolo, condite con sale e pepe e fate rosolare per qualche minuto.
- Unite il purè di patate e mescolate bene, livellate con una spatola e fate cuocere per 4-5 minuti o fino a doratura.
- Con l'aiuto di un piatto piano grande, capovolgete il bubble e squeak e fatelo rosolare anche dall'altro lato. Servite subito.

I consigli di Romina

- Una volta preparato l'impasto per il bubble e squeak potete trasferirlo in una pirofila di ghisa, premendolo bene, coprirlo con 120 g di formaggio cheddar grattugiato e trasferirlo in forno preriscaldato a 180°C (modalità statica) per 20 minuti circa.
- Il bubble e squeak generalmente viene preparato con gli avanzi, pertanto potete sostituire la verza con qualsiasi altra verdura.