



Frittata con spugnole

Ingredienti:

250 gr. di spugnole fresche.

3 uova.

1 panino raffermo.

2 cucchiari di parmigiano grattugiato.

Olio.

Burro.

Sale e pepe.

Preparazione:

Tagliare il pane raffermo in cubetti e metterlo in ammollo nell'acqua. Nel frattempo tagliare a metà le spugnole pulite e farle appassire nel burro.

A parte sbattere le uova con parmigiano, sale e pepe. Quindi aggiungere il pane ammollato dopo averlo ben strizzato. Amalgamare bene e unire, quando pronte, le spugnole col loro sugo di cottura.

Nella stessa padella di cottura delle spugnole mettere un filo di olio e far scaldare. Versare il composto di spugnole e uova. Far cuocere da entrambi i lati e servire bella calda, tenendo conto che è gradevole anche fredda.

Nonno Lucio