



Ricetta

Cicoria pan di zucchero stufata

Gli stufati sono e saranno sempre i migliori soul-food

15 min

Tempo di preparazione



40 min

Tempo totale



Ingredienti per 4 persone

QUANTITA

- 2 C pasta di miso
- 1 C olio di sesamo
- 2 C olio di oliva
- 80 g datteri snocciolati tagliati grossolanamente
- 2 cicorie pan di zucchero tagliate a spicchi
- 2 dl brodo di verdura
- 1 dl yogurt nature
- sesamo per guarnire

Ecco come si prepara

1 di 2

PREPARAZIONE Mescolare la pasta di miso, l'olio di sesamo e l'olio di oliva, spennellare sugli spicchi di cicoria e guarnire con i datteri. Disporre nella forma per gratin e versare il brodo.

2 di 2

COTTURA IN FORNO Cuocere sul ripiano intermedio del forno preriscaldato a 200 °C per 20–25 minuti. Condire con lo yogurt e guarnire con il sesamo.