

Uovo alla Benedict su funghi Portobello

Preparazione: circa 25 minuti
Per 2 persone

A persona: 351 kcal
G 25 g, C 8 g, P 19 g



Ricette di
Betty Bossi.

Betty Bossi

75 g di spinaci novelli

4 pomodori secchi sott'olio, sgocciolati, asciugati picchiandoli, tagliati a strisce

1 CC di olio di noci o olio d'oliva

2 funghi Portobello o due grandi Champignon (circa 200 g), senza gambo

1 CC di olio d'oliva

¼ ccdi sale

1½ l di acqua

1 dl di aceto di vino bianco

4 uova fresche

Sale, pepe, quanto basta

1. Mescolare insieme spinaci, pomodori e olio, impiattare.
2. Ungere i funghi d'olio, far arrostiti in una padella antiaderente sul lato delle lamelle per circa 3 minuti, girarli, finire di arrostiti per circa 7 minuti, salare.
3. In un'ampia padella, portare a ebollizione l'acqua e l'aceto, ridurre il calore. Sbattere ogni singolo uovo in una tazza, farlo scivolare con attenzione nell'acqua leggermente bollente, lasciarlo cuocere per circa 4 minuti quasi alla temperatura di ebollizione. Estrarre l'uovo con una schiumarola, impiattarlo sui funghi accanto agli spinaci, speziare.