



Sformatini di polenta

con cipolla e 'formaggio'

LIVELLO	facile
TEMPO	30 min
DOSI	6 persone

INGREDIENTI

- 1 cipolla
- 1 cucchiaino di sale
- 1/2 dado vegetale o brodo in polvere
- 1 punta di pepe
- 1/2 cucchiaino di rosmarino
- 900ml acqua
- 200g farina per polenta istantanea
- 1 manciata formaggio vegetale a scelta grattugiato

PROCEDIMENTO

1. Pulire la cipolla e tagliarla a metà e poi a fettine sottili.
2. In un pentolino di medie dimensioni, cuocere la cipolla con un filo d'olio e il sale fino a quando non diventa morbida e traslucida.
3. Aggiungere il rosmarino, il brodo in polvere, il pepe e l'acqua. Portare a bollore.
4. Aggiungere la farina per polenta a pioggia, continuando a mescolare. Cuocere per 5/10 minuti secondo le istruzioni sulla confezione. Aggiungere il formaggio vegetale e mescolare ancora per incorporarlo.
5. Oliare uno stampo per muffin o per ciambelle e riempire con il preparato. Se non avete uno stampo per muffin potete stendere la polenta in una pirofila oliata e poi tagliare i vostri sformatini.
6. Lasciar raffreddare. Con l'aiuto di un coltello tirare delicatamente fuori gli sformatini dallo stampo.
7. Spennellare con un po' d'olio e far dorare in forno a 200°C per 10 minuti.

NOTE

Fatemi sapere se li provate e taggatemi sui social così posso ricondividere le vostre foto: trovate le mie pagine instagram e facebook come @veganaesthete.