

OMELETTE AGLI ASPARAGI

Ingredienti per 4 persone:

- 4 uova,
- 500 g di asparagi surgelati,
- 1 cucchiaio di formaggio parmigiano grattugiato,
- 50 g di formaggio emmenthal grattugiato,
- 20 cl di latte,
- 60 g di farina,
- 3 cucchiai di panna,
- 100 g di burro,
- sale.

Preparate una besciamella con la 40 g di farina, 40 g di burro e il latte tiepido; cuocetela per circa 10 minuti e poco prima di spegnere il fuoco unite la panna.

Sbattete leggermente le uova con un pizzico di sale, aggiungete 20 g di farina e il parmigiano.

Mescolate bene.

Lessate le punte di asparagi in acqua leggermente salata per 6-7 minuti, poi scolatele e fatele brevemente insaporire in 25 g di burro.

Sciogliete in una larga padella 30 g di burro, versatevi le uova e fate rapprendere la frittata da un lato, lasciandola appena morbida nella parte superiore.

Spalmate su metà della frittata parte della besciamella, cospargete di emmenthal e sopra adagiatevi gli asparagi.

Piegate l'omelette a metà e trasferitela in una pirofila imburrata con il restante burro (o in un piatto resistente al calore).

Velatela con la besciamella rimasta e mettetela a gratinare in forno caldo a 200°C per 12-15 minuti.