

## Gnocchi di pane ripieni di Montasio con vellutata di porro



**Tipo di Montasio:** Fresco (da 60 a 120 giorni)

**Portata:** Primo Piatto

**Tempo di preparazione:** Un'ora

**Difficoltà:** Bassa

Ingredienti per 4 persone

- 500 gr porri puliti e tagliati a julienne
- 50 gr scalogno tritato
- 500 gr pane raffermo (mollica)
- 100 gr farina di frumento
- 2 uova
- 200 gr Montasio fresco
- latte qb
- pane grattato qb
- 100 gr parmigiano

### semplici avanzzi? ..... un piatto gustoso e ricco di proprietà nutritive

Il **porro** appartiene alla famiglia delle Gigliacee, il contenuto di allicina lo rende un alleato della salute. Contiene, inoltre, vitamina A e vitamina C, se **consumato crudo**, ha **proprietà diuretiche, antibatteriche, riequilibra la flora intestinale, è antisettico e regola la concentrazione di colesterolo nel sangue e la pressione**, è quindi un alleato della salute del **cuore**, agevola il **controllo del peso**, e **depura naturalmente**. Il contenuto di **allicina** fa del porro, al pari dell'aglio e della cipolla, un **antibiotico** naturale, l'**Acido folico e flavonoidi** come antiossidanti, se usato quale **erba medicinale** il porro permette di controllare il livello di glicemia nel sangue, e quindi è utile per chi soffre di **sindrome metabolica e diabete**.

#### PREPARAZIONE

Ammollare il pane con il latte, aggiungere la farina e le uova, impastare bene e aggiungere parmigiano e pane grattugiato.

Formare delle palline. Praticare un buco nella pallina di impasto, mettere un cubetto di Montasio nello gnocco.

Cucinare in acqua bollente e salata, verificare la cottura degli gnocchi prima di scolarli dall'acqua (il Montasio deve essere sciolto!).

Far stufare in un soffritto di scalogno il porro per 15 minuti, frullare il porro e filtrarlo, aggiustare di sale.

---

Servire due gnocchi con la crema di scalogno e porro stesa sul piatto e un filo d'olio d'oliva.