



Finocchi al prosciutto dorati ♦♦♦
Per 4 persone: Mondate 4 finocchi e lessateli al

dente in acqua bollente salata. Sgocciolateli, crosticina dorata alla superficie.
 finché il formaggio si scioglierà e si formerà una flocchetti di burro e metteteli in forno caldo (200°) unita, cospargeteli con parmigiano grattugiato e parte tagliata rivolta verso l'alto in una pirofila fettine di fontina. Disponete i finocchi con la delicatamente le foglie ed introducetevi delle a metà nel senso della lunghezza. Allargatene metteteli su un telo ad asciugare poi tagliateli cuocere interi a 3/4 di cottura poi sgocciolateli.

Finocchi farciti al formaggio ♦♦♦
Per 4 persone: Mondate 800 gr di finocchi e fateli

alla superficie.
 o finché si sarà formata una crosticina dorata Mettete i finocchi in forno caldo per 20-25 minuti. L'ultimo strato di finocchi deve avere la parte ricura dello spicchio rivolta verso l'alto, coprite i finocchi con uno strato leggero di besciamella (fig. 2), o a dadini. In una tortiera o pirofila unita alter- tuorio d'uovo e il prosciutto tagliato a listarelle e untevi sale, noce moscata, il parmigiano, il cuocere per circa 10 minuti. Toglietela dal fuoco in una volta sola e sempre mescolando lasciatela burro con la farina poi aggiungete il latte freddo Sgocciolateli poi fateli insaporire nel burro rosso- lessateli a metà cottura in acqua bollente salata. Pulite i finocchi, tagliateli a spicchi (fig. 1) e

*(a piacere) - sale - noce moscata.
 parmigiano grattugiato - 50 gr di prosciutto cotto
 1/2 litro di latte - 1 tuorio d'uovo - 1 cucchiata di
 50 gr di burro o margarina vegetale - 40 gr di farina -
 di parmigiano grattugiato - sale - per la besciamella:
 grossazza - 40 gr di burro o margarina vegetale - 50 gr*

Finocchi gratinati *♦♦♦

Ingredienti per 4 persone: 4-8 finocchi a seconda della



metteteli su un telo ad asciugare poi tagliateli a fette piuttosto spesse nel senso della lunghezza. Su ogni fetta metete una fettina di prosciutto crudo poi passatele in farina, in uno sbattuto con sale e in pangrattato. Tenetele per mezz'ora in frigo- rifero poi fatete dorare prima velocemente dalla parte del prosciutto poi più lentamente dall'altra parte in 80 gr di burro rosolato. Servite subito. Potrete preparare i finocchi nel medesimo modo eliminando il prosciutto.

Finocchi al sugo di carne al forno ♦♦♦
Per 4 persone: Mondate 800 gr di finocchi poi les-

Sgocciolateli, metteteli su un telo ad asciugare poi tagliateli a strati in una pirofila alternandoli con cucchiata di sugo di arrosto o di brasato (oppure di ragù alla bolognese), parmigiano e flocchetti di burro. Poneteli in forno moderato (180°) e toglieteli quando saranno dorati.

Ingredienti per 4 persone: 4-8 finocchi a seconda della

*grossazza - 40 gr di burro o margarina vegetale - 50 gr di parmigiano grattugiato - sale - per la besciamella:
 1/2 litro di latte - 1 tuorio d'uovo - 1 cucchiata di
 50 gr di burro o margarina vegetale - 40 gr di farina -
 di parmigiano grattugiato - sale - per la besciamella:
 grossazza - 40 gr di burro o margarina vegetale - 50 gr*



metteteli su un telo ad asciugare poi tagliateli a fette piuttosto spesse nel senso della lunghezza. Su ogni fetta metete una fettina di prosciutto crudo poi passatele in farina, in uno sbattuto con sale e in pangrattato. Tenetele per mezz'ora in frigo- rifero poi fatete dorare prima velocemente dalla parte del prosciutto poi più lentamente dall'altra parte in 80 gr di burro rosolato. Servite subito. Potrete preparare i finocchi nel medesimo modo eliminando il prosciutto.

Finocchi al sugo di carne al forno ♦♦♦
Per 4 persone: Mondate 800 gr di finocchi poi les-

Sgocciolateli, metteteli su un telo ad asciugare poi tagliateli a strati in una pirofila alternandoli con cucchiata di sugo di arrosto o di brasato (oppure di ragù alla bolognese), parmigiano e flocchetti di burro. Poneteli in forno moderato (180°) e toglieteli quando saranno dorati.

Ingredienti per 4 persone: 4-8 finocchi a seconda della

*grossazza - 40 gr di burro o margarina vegetale - 50 gr di parmigiano grattugiato - sale - per la besciamella:
 1/2 litro di latte - 1 tuorio d'uovo - 1 cucchiata di
 50 gr di burro o margarina vegetale - 40 gr di farina -
 di parmigiano grattugiato - sale - per la besciamella:
 grossazza - 40 gr di burro o margarina vegetale - 50 gr*