

# LE RICETTE DI MAMMA MARIOLINA

## Frittata di ortiche

....cogliamo le ultime ortiche fresche!!!!



**Difficoltà**  
facile



**Quantità**  
4 persone



**Tempo**  
30 minuti

### Ingredienti

- Foglie di ortiche - un bel mazzetto
- uova - 4
- olio - q.b.
- sale - q.b.
- pane grattugiato - 2 cucchiari
- parmigiano - 2 cucchiari

### Preparazione

La campagna è piena di verde, cerchiamo le ultime ortiche fresche e lasciamole sino al giorno dopo, così non pungeranno più!!!! Scegliamo le foglie più belle ed eliminiamo le parti più dure. In una padella mettiamo un filo d'olio e vi aggiungiamo le ortiche. Copriamo e le facciamo cuocere velocemente con il loro vapore. Appena sono cotte aggiungiamo il pane grattugiato per assorbire l'acqua rimanente. Intanto in una terrina mettiamo le uova e le sbattiamo leggermente. Aggiungiamo il sale e il parmigiano. Uniamo a questo composto le ortiche e il pane grattugiato già pronto. Amalgamiamo bene e prepariamoci a fare la frittata. In una padella antiaderente mettiamo un filo d'olio e facciamo riscaldare. Versiamo il composto e livelliamo per bene. Facciamo cuocere e appena i bordi sono dorati, capovolgiamo e cuociamo anche dall'altra parte. Aiutatevi con un piatto!! Appena è dorata anche dall'altra parte, versiamo in un piatto da portata, facciamo tanti spicchi e serviamo calda!!!! Per me è migliore delle bietole e degli spinaci!!!! Provare non costa nulla!!!! E' proprio il caso di dirlo!!!!

