

# Frittelle di cicoria di prato

Scritto da Gianluca Paoni

---



La [cicoria](#) è un'erba di cui una volta si faceva largo uso nella cucina laziale, soprattutto tra le famiglie meno facoltose poichè molto presente sul territorio e facilmente reperibile in natura. La cicoria nasce spontaneamente nei campi e ai bordi delle strade ed è facilmente riconoscibile. Si usava chiamarla la Bistecca di prato.

## Ingredienti per 4 persone

- **Cicoria di prato**  
500g
- **Burro**  
70g
- **Uova**  
1
- **Parmigiano grattugiato**  
50g
- **Mollica di panino**  
1
- **Latte**  
1 bicchiere
- **Sale e pepe**  
quanto basta
- **Olio per friggere**

## Preparazione

- Pulire bene le foglie di cicoria, lavarle con cura e metterle in una pentola senza aggiunta di acqua, farle cuocere per circa 10 minuti.
- Scolare le foglie, strizzarle e tritarle finemente.
- In una casseruola fare sciogliere il burro ed unire la cicoria tritata.
- A parte mescolare l'uovo con il formaggio, salare e pepare ed aggiungere il tutto alla cicoria, mescolando con cura e facendo cuocere finchè l'uovo si rapprende.
- Unire la mollica ben strizzata che nel frattempo avete fatto ammollare nel latte e amalgamare bene.

## Frittelle di cicoria di prato

Scritto da Gianluca Paoni

---

- In una pentola di ferro fare scaldare l'olio e quando bollente fare friggere a cucchiaiate l'impasto ottenuto. Fare dorare da entrambe i lati. Scolarlee adagiarle su carta assorbente.

### Note

Servire le frittelle ancora bollenti.