

Mini Quiches di zucca al cumino e curry

Ecco un'altra ricetta tipicamente autunnale molto veloce da preparare. Questi tortini speziati esaltano a meraviglia il sapore della zucca. Sono ottimi caldi, tiepidi e anche freddi.

Il guscio della quiche si può realizzare con la pasta brisée, di cui ho indicato la ricetta, oppure con la pasta sfoglia, acquistando quella confezionata che è molto comoda da gestire perchè già stesa.

Devono essere prima cotti **"in bianco"** (cioè senza ripieno) per risultare ben croccanti e non umidi.



Ingredienti per 6 persone:

- per la pasta brisée:
(in alternativa 1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare)
 - 250 gr burro
 - 100 gr farina
 - 60 gr acqua ghiacciata
 - un pizzico di sale
- per il ripieno:
 - 600 gr di zucca già pulita e sbucciata
 - 100 gr di ricotta o robiola
 - 1 uovo intero
 - 1 cucchaio di parmigiano grattugiato
 - 1 cucchiaio di curry in polvere
 - 1 cucchiaio di semi di cumino (qui ho usato la varietà **Nigella**)
 - sale, pepe

Preparare la pasta brisée: versare nel frullatore la farina, aggiungere il sale e il burro a cubetti, frullare qualche secondo fino ad ottenere una consistenza sabbiosa.

A questo punto versare l'acqua fredda, frullare ancora finché il composto non si compatta. Raccogliere con le mani, formare una palla, schiacciarla a disco e porla a raffreddare in frigorifero coperta con pellicola per almeno 20 minuti. Riprendere la pasta, stenderla sottile (circa 3 mm) su un piano leggermente infarinato e ricavare 6 quadrati di circa 12 cm di lato, disporli in una teglia per cupcake schiacciandoli sul fondo, coprire con fagioli secchi e cuocere in forno a 180° per 10 minuti.

NOTA: Se si usano legumi molto piccoli (tipo lenticchie) bisognerebbe avere cura di porre sotto ai legumi un quadrato di carta forno, altrimenti risulterà difficile toglierli dopo la cottura.

Mantenere il forno acceso.



Preparare la zucca: sbucciare la zucca, togliere i semi e la pellicina interna, tagliare a cubetti grossi e pesarne 600 gr. Porre in un piatto coperta da pellicola e cuocere a massima potenza in forno a microonde per 10 minuti. Schiacciare bene con una forchetta oppure, se si preferisce, passare al setaccio.

Preparare il ripieno: nel boccale del mixer unire tutti gli ingredienti e frullare per un minuto finché il composto non risulta molto liscio. Regolare di sale e pepe.



Versare l'impasto nelle cialde di pasta, e cuocere in forno già caldo per circa 20/25 minuti, finché la superficie non risulta ben colorata.

Sfornare, porre su un piatto e lasciare intiepidire un poco, eventualmente decorando con altri semi di cumino prima di servire.

