



Tortino di soia

[Del 20/05/2001 | Sezione: [Secondi piatti](#) | Categoria: [Vari](#)]

Ingredienti: 4 persone: gr. 160 di macinato di soia (si trova in buste nelle erboristerie o in negozi specializzati del tipo alimentari macrobiotici o biologici), 2 panini di piccole dimensioni, 2 uova, 1/2 bicchiere di vino rosso, gr. 250 di fontina, una grossa manciata di funghi trifolati (sostituibili anche con melanzane o peperoni fritti a pezzetti), parmigiano grattugiato quanto basta, burro quanto basta, pangrattato quanto basta, latte quanto basta.

Mettere a bollire un litro e mezzo d'acqua in una pentola. Aggiungere la soia e, abbassato il fuoco, farla bollire per 5 minuti; colarla e passarla in padella con olio, sale, pepe e vino. Alzare la fiamma e toglierla dal fuoco quando il vino è evaporato e la soia è piuttosto asciutta (bastano pochi minuti a fuoco vivace). Lasciarla raffreddare. Intanto far ammollare i panini in una ciotola con latte (caldo se il pane è duro). A parte aprire le uova, cui vanno aggiunti la soia e il pane strizzato. Mescolare il tutto con un cucchiaino di parmigiano e un pizzico di sale. Imburrare un ruoto di alluminio di media dimensione e spolverare di pangrattato; aggiungere metà del composto di soia, la fontina a pezzetti e i funghi. Coprire con l'altra metà del composto. Livellare il tortino e spolverizzare con altro pangrattato; completare con qualche fiocchetto di burro e mettere di forno a 180 gradi per circa mezz'ora. Sformare e servire.

[[Versione PDF](#) | [Versione per la stampa](#) | [Segnala ad un amico](#)]