

**CORDON BLEU DI POLENTA ,  
ROBIOLA E SALAMINO VEGANI  
ACCOMPAGNATI DA SALSA ALLA  
CURCUMA SUPREME CON CONTORNO  
DI SOUFFLÉ DI FUNGHI  
TRIFOLATI PATATE E CUORI DI  
POLENTA FRITTA IN FRIGGITRICE  
AD ARIA**



Viaggi&AssaggiFelici

 SOUFFLÉ DI FUNGHI E PATATE





*Una rivisitazione dei cordon bleu usando delle fette di polenta farcite con salamino vegano di fagioli e lenticchie che avevo prodotto io in casa che trovate a questo [link](#) , robiola veg che trovate a questo [link](#) , impanate e fritte in friggitrice ad aria per una panatura ancora più croccante che racchiude un ripieno morbido e golosissimo .*

## **Ingredienti per 6 cordon bleu**

- 300 g di farina di mais per polenta
- 1,2 litri di acqua
- 1 cucchiaino di olio extravergine d'oliva
- 1 [salamino di legumi](#)
- [robiola vegan](#)
- 200 g di farina di riso o altra gluten free



- 300 g di acqua
- farina di mais per panatura
- sale q.b.
- lievito alimentare q.b.
- timo q.b.
- paprika dolce q.b.
- aglio granulare q.b.

## Ingredienti Soufflé

- funghi freschi 300 g
- [Panna di soia](#) 100 ml
- noce moscata
- sale
- olio extravergine di oliva
- Aquafaba 150 ml ( liquido di governo dei ceci)+ 1 pizzico di cremor tartaro per montare aquafaba
- Prezzemolo
- Lievito alimentare
- Cipolla 1
- 4 cucchiaini di farina di ceci
- patate lessate 500 gr
- 1 bustina di cremor tartaro + 1 pizzico di bicarbonato oppure 1 bustina di lievito istantaneo
- Burro veg , margarina oppure olio per imburrare / oliare
- Pangrattato gluten free

## Ingredienti Salsa alla Curcuma Supreme

- 50 gr. di olio evo;
- 2 cucchiaini di curcuma;
- 100 ml di [panna vegetale di soia](#) ;
- 1/2 cipolla;
- 1 cucchiaino scarso di farina bio;
- sale;
- peperoncino facoltativo;



Viaggi&AssaggiFelici



SALSA ALLA CURCUMA SUPREME

# Procedimento cordon bleu

- Preparate la polenta: fate bollire l'acqua con una presa di sale e l'olio extravergine, poi unite la farina di mais mescolando con una frusta per evitare la formazione di grumi.
- Lasciate cuocere la polenta per 40 minuti mescolandola di tanto in tanto con un cucchiaino di legno per evitare che attacchi sul fondo.
- Una volta cotta versate la vostra polenta in una teglia rivestita di carta forno in modo da formare uno strato uniforme ma non troppo alto
- Lasciate raffreddare completamente la polenta prima a temperatura ambiente, poi in frigorifero
- Quando la polenta si sarà completamente rassodata trasferitela su un tagliere e ricavate dei dischi con il coppapasta.
- Farcite ciascun disco di polenta con 2 fette di salamino veg e 2 fette di robiola veg , regolate di sale ed aggiungete aromi come paprika , timo, un pizzico di aglio in polvere , lievito alimentare e coprite con un'altro disco , dopodiché preparate una pastella mescolando la farina con l'acqua usando una frusta, in modo da eliminare ogni possibile grumo.
- Passate l'intero cordon bleu con delicatezza ( io ho usato una schiumarola)nella pastella e quindi nella farina di mais



**CORDON BLEU DI POLENTA, ROBIOLA E SALAMINO VEGANI**  
**PRONTI DA CUOCERE**





## Cottura

- **IN FRIGGITRICE AD ARIA** : Sistemare i cordon bleu nel cestello , qualche puf di olio evo e cuocete a 204° per 8/9 minuti
- **IN PADELLA** : Scaldate bene l'olio per friggere e frigate per qualche minuto i cordon bleu fino a doratura. Scolateli man mano con una schiumarola e disponeteli su un piatto coperto di carta assorbente per perdere l'olio in eccesso.





Qui il link per acquistare la FRIGGITRICE AD ARIA in mio possesso e che vi consiglio <https://amzn.to/3AbGQ0n>

*CON I RITAGLI DI POLENTA HO FATTO CUORI DI POLENTA FRITTI IN FRIGGITRICE AD ARIA , 8/9 minuti a 200°*

# PROCEDIMENTO SOUFFLÉ

- Bollire le patate
- Tritate la cipolla e fatela appassire in 1 cucchiaio di olio evo e aggiungete i funghi freschi. Fateli cuocere a fuoco vivace per circa 10 minuti, salate e cospargete con abbondante prezzemolo
- Frullate le patate con il lievito alimentare, la panna di soia, la farina di ceci e una generosa presa di noce moscata grattugiata. Regolate di sale, incorporate metà dei funghi , il lievito e, delicatamente, l'aquafaba montata a neve ben ferma con una punta di cremor tartaro.
- Versate il composto in stampini monoporzione o anche in un unico contenitore in Pyrex o Ceramica, bene imburrati od oliati e cosparsi/i di pangrattato gluten free o farina di mais
- Fate riposare in frigo coperti con pellicola , in modo che lieviteranno anche ed in seguito passate alla cottura .



## Cottura SOUFFLÉ

- in forno: già caldo a 180 °C per 35/40 minuti circa .Aumentate quindi la temperatura a 200 °C e proseguite la cottura per altri 7-8 minuti.
- in friggitrice ad aria: 15/20 minuti a 180°

*Servite subito insieme con i funghi rimasti.*

*Che differenza c'è tra flan e soufflé?*

□ I **flan** vengono cotti a **bagnomaria** in forno e, diciamoci la verità, sono più facili da realizzare rispetto ai soufflé.

*Il flan non deve avere una conformazione gonfia.*

□ I **soufflé** vengono cotti in forno alla temperatura di 180° fin quando non diventano belli gonfi. Vanno serviti subito, proprio per evitare che possano sgonfiarsi.



*I due vengono serviti a tavola anche in modo differente: **il flan si cuoce negli stampi**, ma prima di presentarlo agli ospiti dovrete sformarlo; mentre **il soufflé va consumato direttamente nello stampo di cottura** che, fortunatamente, di solito è in ceramica e ha un aspetto gradevole. In alternativa, potete utilizzare anche i pirottini monouso in alluminio.*

## **Procedimento Salsa alla Curcuma Supreme**

- Fate imbiondire la cipolla tagliata finissima nell'olio in un pentolino.
- Aggiungete la curcuma e con la frusta rimestate velocemente, a fuoco bassissimo.
- Aggiungete la panna vegetale e la farina sempre frustando energicamente il composto.
- Quando si avvicina al bollore, allontanate dal fuoco e aggiustate di sale e di peperoncino. Se necessario, aggiungete acqua per ottenere la densità da voi desiderata.
- Rimettete ancora sul fuoco e riportate quasi ad ebollizione. Servite tiepida in tavola con un mestolino.

*Se ti è piaciuta questa ricetta e/o la riprodurrai ,fammelo sapere con un #like o un commento qui sotto l'articolo e nel mio gruppo facebook !!!*

*Condividila sui social usando i tasti in cima e in fondo all'articolo oppure lasciami un commento! Per te è un clic, per me una grandissima soddisfazione!*