Chiocciole di pizza vegane con spinaci e pomodori seccchi



L'inizio dell'anno vegano entra nell'ultimo round: nella quarta settimana del Veganuary si servono a tavola le chiocciole di pizza vegane con spinaci e pomodori.

Se i piatti a base di pizza devono essere veloci, ma comunque vegani, si possono tranquillamente usare impasti già pronti che di solito sono fatti con ingredienti puramente vegetali. Lo stesso vale per le salse di pomodoro. Ma per andare veramente sul sicuro, si consiglia di controllare brevemente gli ingredienti.

Potete preparare la salsa di pomodoro in pochissimo tempo anche da soli seguendo le istruzioni qui sotto.

A proposito, le chiocciole di pizza mantengono perfettamente la loro forma se le cuocete in una teglia da muffin. Se non ne avete una a portata di mano, potete anche metterle in forno su una normale teglia, poi si apriranno semplicemente un po' durante la cottura.

Salsa di pomodoro

- 1½ cucchiai d'olio d'oliva
- 1 piccola cipolla, tritata finemente
- 2 spicchi d'aglio, pressati
- 180 ml di passata di pomodoro
- 1 presa di zucchero
- ¼ di cucchiaino di origano essiccato
- ¼ di cucchiaino di basilico essiccato
- Sale e pepe

Chiocciole

- 1 pasta per pizza vegana pronta
- 100 g di formaggio vegano grattugiato, tipo mozzarella
- 1 cipolla rossa piccola, tritata
- 50 g di pomodori secchi sott'olio , scolati e tagliati a pezzettini
- 20 g di spinacini freschi
- Basilico fresco tritato per guarnire, a piacere

In aggiunta

- 1-2 teglie da muffin e dell'olio per ungerle

Salsa di pomodoro

1. Scaldare l'olio in una casseruola e soffriggere i pezzi di cipolla finché cominciano a diventare traslucidi. Aggiungere l'aglio e continuare a soffriggere per un minuto. Versare la passata.
2. Aggiungere lo zucchero e le spezie e cuocere a fuoco lento per 10 minuti con il coperchio chiuso. Lasciare raffreddare leggermente.

   Consiglio: se avete abbastanza tempo, potete cuocere la salsa a fuoco basso fino a un massimo di un'ora. Più a lungo è, meglio è.

Chiocciole

1. Preriscaldare il forno a 180 gradi con resistenza superiore e inferiore e spennellare le teglie di muffin con l'olio.
2. Srotolare la pasta da pizza e spalmarvi sopra la salsa di pomodoro. Lasciare un dito di bordo libero su ogni lato.
3. Distribuire il formaggio vegano grattugiato, la cipolla, i pomodori sott'olio e gli spinaci in modo uniforme sulla salsa e salare leggermente.
4. Arrotolare la pasta dal lato lungo e tagliarla in pezzi di circa 3 cm di larghezza.
5. Metterli nelle teglie per muffin predisposte e cuocerli nel forno preriscaldato per circa 20 minuti fino a quando saranno dorati.
6. Togliere le chiocciole dallo stampo mentre sono ancora calde e guarnire con basilico fresco, se lo si desidera. Servirle calde o a temperatura ambiente.

Tempo di preparazione: circa 55 minuti



Coccinella Sangiovese/Merlot bio Marche IGP

Rosso granata carico con riflessi violacei. Profumo delicato di frutti rossi maturi e un accenno di brezza marina. Corpo medio e retrogusto piuttosto persistente.

Visualizzare nello Shop Vini >