

# 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.

