

Falafel e hamburger di lenticchie: il lato veg di chef Brovelli

Pubblicato: Mercoledì 26 Ottobre 2016



Cucina etnica e veg nel corso Tigros di Busto Arsizio dedicato ai legumi: chef **Davide Brovelli** – ormai una vera sicurezza nei corsi Tigros, alla sua sesta apprezzatissima partecipazione, oggi in un’inedita barba “hipster” – ha stupito con ricette regionali, mediorientali e vegetariane per raccontare quello che i legumi possono fare.

Lo chef e proprietario de **Il Sole di Ranco**, quinta generazione di un locale aperto da 180 anni, una stella Michelin e una passione per la cucina che esce da tutti i pori, ha insegnato come realizzare dei deliziosi **falafel** “alla lombarda” serviti cioè **con crema di zucca**, ha fatto scoprire una versione “pasta e fagioli” della **fregola con le cozze** e ha deliziato il palato con una ricetta da tenere anche nel freezer, quella degli **hamburger di lenticchie** con spuma di patate e funghi trifolati. A contorno del tutto, del pain brioche agli spinaci, che i corsisti hanno mangiato persino in un’inedita versione frita.

Accanto a lui, come “**Sous chef**” per un giorno, **la signora Piera** di Busto Arsizio: che è stata un valido, e richiestissimo “braccio destro” per lo chef.

Come sempre, per ricevere le ricette con le dosi precise basta iscriversi alla newsletter di Tigros, al sito www.tigros.it.

Ma i passaggi principali – e una “fotocopia” delle ricette fotografate in anteprima...- li potete trovare già nella nostra diretta della serata, che potete trovare qui sotto oppure attivando [questo link](#), per vedere (anche da mobile) la diretta.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it