



*La famosa  
«tiropatina  
di Apicio»:  
il più antico budino  
della storia!*

### **Ingredienti:**

Da 2 a 6 cucchiaini di miele  
5 uova  
250 gr di formaggio bianco  
(feta o in alternativa  
una miscela di formaggi  
ottenuta con gr 100 di ricotta,  
gr 50 di caprino e 100 gr di feta)  
600 ml di latte

### **Preparazione:**

In una casseruola facciamo sciogliere a fuoco lento da 2 a 6 o più cucchiaini colmi di miele (a seconda della consistenza desiderata), che impasteremo successivamente con 5 uova, ben sbattute, e infine con 250 gr di formaggio bianco diluiti con 600 ml di latte (si può utilizzare anche solo la feta, ma è preferibile una miscela di formaggi per ottenere un sapore più delicato, unendo 100 gr di ricotta a 50 gr di caprino e 100 gr di feta).

Il composto ottenuto con il latte e il formaggio fresco va prima setacciato, per eliminare eventuali grumi e bolle d'aria, e poi unito al miele e alle uova, miscelando continuamente fino a ottenere un crema omogenea.

Dopo aver preriscaldato il forno, cuoci per un'ora o un'ora e mezza a temperatura media (140°C) in una teglia unta di olio (o di burro) fino a quando non si sarà rappreso del tutto (in alternativa puoi utilizzare anche 5 pirottini se preferisci ottenere delle monoporzioni).

Fallo raffreddare a lungo e poi trasferisci la teglia in frigorifero per alcune ore. Al momento di sfornare la tiropatina, passiamo una lama di coltello affilato lungo i bordi dei pirottini (o dello stampo) e capovolgiamo con un movimento deciso sul piatto da portata. Per servire cospargiamo con del pepe nero macinato.

**Possiamo decorare la tiropatina con acini d'uva oppure con altra frutta a nostro piacimento.**