

*Gli editoriali.*

## 5 contorni invernali da provare con prodotti di stagione

Scopri 5 idee di contorni invernali con verdure e prodotti di stagione, gustosi e facili da preparare.

Quando arriva il freddo, la voglia di piatti caldi e avvolgenti si fa sentire. Le [verdure di stagione](#) — cavoli, zucca, finocchi, radicchio, patate — sono perfette per creare **contorni invernali** che portano colore, gusto e benessere in tavola.

Che tu voglia un piatto leggero o qualcosa di più ricco e gratinato, qui troverai **5 idee di contorni invernali sfiziosi e veloci**, ideali per accompagnare qualsiasi secondo e dare nuova vita alla tua cucina d'inverno.

### 1. Cavolfiore Gratinato al Forno: il più amato dei contorni invernali di verdure

Il cavolfiore è uno dei protagonisti dell'inverno e, con la giusta preparazione, può trasformarsi in un contorno cremoso e irresistibile. Questa versione al forno, con **besciamella fatta in casa e Parmigiano**, è una coccola perfetta per le giornate fredde. Dopo aver lessato il cavolfiore a cimette, prepara una besciamella veloce sciogliendo burro e farina, poi aggiungendo latte caldo fino a ottenere una crema liscia. Aggiungi un pizzico di noce moscata per profumare.

Disponi il cavolfiore in una pirofila, coprilo con la besciamella, spolvera con Parmigiano e un po' di pangrattato per la crosticina. Inforna a **200°C per 25 minuti**, finché la superficie sarà dorata e croccante.

Un classico dei **contorni invernali sfiziosi**: semplice, gustoso e capace di far amare il cavolfiore anche ai più diffidenti.



### 2. Zucca Arrosto con Rosmarino e Miele: dolce, profumata e irresistibile

Tra i **contorni di verdure invernali**, la zucca arrosto è un must. Pochi ingredienti e una cottura al forno bastano per ottenere un piatto dal profumo invitante e dal sapore agrodolce, perfetto con carne o formaggi.

Taglia la zucca (delica o mantovana) a fette spesse, condiscila con olio extravergine, sale, pepe e qualche ago di rosmarino fresco. Il tocco segreto? Un filo di miele d'acacia o di castagno, che caramella dolcemente la superficie.

Inforna a **190°C per circa 35 minuti**, finché sarà tenera e leggermente croccante ai bordi.

Un contorno semplice ma ricco di personalità, ideale per chi cerca **contorni invernali veloci** da preparare in poco tempo ma capaci di stupire.

### 3. Finocchi e Arance al Forno con Mandorle: freschezza d'inverno

Se cerchi **contorni di verdure invernali** leggeri e diversi dal solito, questa ricetta è perfetta. L'abbinamento tra finocchi, arance e mandorle tostate crea un contrasto fresco e aromatico che conquista al primo assaggio.

Taglia i finocchi a spicchi e cuocili in forno a **200°C per 20 minuti** con un filo d'olio, sale e pepe. Intanto pela a vivo due arance e tagliale a spicchi, poi tosta una manciata di mandorle a lamelle in padella. Una volta pronti i finocchi, aggiungi le arance e le mandorle, completando con un filo d'olio a crudo.

È un contorno colorato, profumato e leggero, ideale per accompagnare piatti di pesce o carni bianche.

Un modo raffinato e sano di portare a tavola i **sapori dell'inverno** con un tocco mediterraneo.

### 4. Patate, Cavoletti di Bruxelles e Pancetta: il comfort food dei contorni invernali sfiziosi

Quando si parla di **contorni invernali gustosi**, questo è imbattibile. Patate dorate, cavoletti teneri e pancetta croccante: un trio che trasforma un semplice piatto di verdure in un'esplosione di sapore.

Sbollenta le patate a cubetti e i cavoletti di Bruxelles tagliati a metà per 8-10 minuti, poi scolali. In una padella, rosola la pancetta fino a renderla croccante, quindi aggiungi le verdure e lasciale insaporire a fuoco medio. Per un effetto ancora più goloso, trasferisci tutto **in forno per 10 minuti a 200°C**.

Il profumo che si sprigiona è irresistibile. Il contrasto tra la dolcezza delle patate e la sapidità della pancetta rende questo piatto uno dei **contorni invernali sfiziosi** più amati da grandi e piccini.

### 5. Radicchio Tardivo con Aceto Balsamico e Noci: eleganza e carattere

Tra i **contorni di verdure invernali**, il radicchio tardivo di Treviso merita un posto d'onore. Con il suo sapore amarognolo e il colore intenso, diventa un piatto elegante e raffinato, perfetto anche per una cena speciale.

Taglia i cespi di radicchio a metà, adagiali su una teglia, condiscili con olio, sale e pepe, e cuoci in forno a **200°C per circa 20 minuti**. Quando sarà tenero e leggermente caramellato ai bordi, aggiungi qualche goccia di aceto balsamico e una manciata di noci tritate.

Il risultato è un contorno dal sapore equilibrato, in cui l'amaro del radicchio incontra la dolcezza del balsamico e la croccantezza delle noci. Un piatto semplice ma raffinato: tra i **contorni invernali sfiziosi**, questo è sicuramente uno dei più scenografici.

### Contorni Invernali: gusto, colore e semplicità in ogni piatto

Con queste cinque idee di **contorni invernali sfiziosi e veloci**, puoi arricchire la tua cucina di stagione con gusto e fantasia. Accendi il forno, prepara le verdure e lasciati ispirare: l'inverno non è mai stato così buono!

[www.bennet.com](http://www.bennet.com)