

SECONDI PIATTI

Acciughe saporite

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

Acciughe fresche
aglio
2 cipollette
olio
1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
1 cucchiaio di crema di umeboshi
aceto di riso
peperoncino.

PREPARAZIONE

1 Dopo aver pulito le acciughe e averle private della lisca dividerle a metà disporle a raggiera in una padella unta d'olio.

Mettere sopra le cipollette tritate e un po' d'aglio.

Preparare una crema densa con il concentrato di pomodoro, la crema di umeboshi, un po' di aceto di riso, un po' d'olio e del peperoncino.

Spargere la salsa sul pesce a cucchiaiate.

Cuocere a fuoco vivace per 10 minuti col coperchio.

A fine cottura risulterà un bel sughetto.