

SECONDI PIATTI

# Affunniatelle

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Molise](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [20 min](#)    COTTURA: [25 min](#)    COSTO:

[molto basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



## INGREDIENTI

UOVA 8

PEPERONI friarielli - 500 gr

CIPOLLE 1

POMODORI 8

PREZZEMOLO 1 ciuffo

BASILICO 1 ciuffo

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiari da tavola

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

SALE

L'Italia intera è una fonte inesauribile di tradizioni e cultura ma soprattutto di ricette! Dal Molise ne arriva una decisamente deliziosa, l'ideale per chi ama sperimentare restando però legati al territorio.

Le affunniatelle sono un pasto tipico del centro Italia, fatto con peperoni e cipolle principalmente che poi vengono legati infine dall'uovo. Un piatto buonissimo di origine contadina che dovete assolutamente provare! Un primo da abbinare? Provate allora anche la ricetta della pasta alla

[pecoraia](#), delizioso!

# PREPARAZIONE

- 1 Per fare le affunniatielle affettate la cipolla finemente e fatela appassire in tegame insieme all'olio extravergine d'oliva mantenendo il fuoco basso.

Togliete il picciolo ed i semi dai friarielli ed uniteli al tegame con la cipolla appassita, alzate il fuoco e fateli soffriggere.



- 2 Intanto pelate i pomodori e, dopo averli tagliati, versateli sui peperoni, aggiungete il prezzemolo tritato, il peperoncino ed il basilico, salate e lasciate cuocere per dieci minuti.





**3** Quando il sugo sarà diventato denso, unitevi le uova sbattute e appena l'albume sarà rappreso portate in tavola.

