

SECONDI PIATTI

Anguilla in umido

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) COSTO: [medio](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



INGREDIENTI

1 anguilla di circa 1 kg
1/2 cipolla
2 spicchi d'aglio
1/2 bicchiere d'olio
1/2 bicchiere di vino bianco secco
300 g di salsa di pomodoro
sale e pepe
prezzemolo tritato

PREPARAZIONE

- 1** Pulite bene l'anguilla, spellatela e tagliatela a pezzi. In una pentola piuttosto grande fate soffriggere 1/2 cipolla e 2 spicchi d'aglio in 1/2 bicchiere d'olio. Appena il soffritto sarà dorato, unitevi l'anguilla e fatela rosolare per qualche minuto. Bagnatela quindi con 1/2 bicchiere di vino bianco secco e lasciatelo evaporare. Aggiungete 300 g di salsa di pomodoro, sale e pepe. Lasciate restringere normalmente il pomodoro e, a metà cottura, condite con un bel

mazzo di prezzemolo tritato.