

MARMELLATE E CONSERVE

Anguille marinate

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 40 min COTTURA: 20 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

1 anguilla
2 cipolle
2/3 l vino bianco
1/3 l aceto
1 foglia alloro
1 spicchio aglio
grani pepe

PREPARAZIONE

1 Pulite l'anguilla e tagliatela in pezzi.

Mettetele sotto sale e aceto per qualche ora.



2 Sciacquatele, asciugatele ed infarinatele.



3 Friggetele in buon olio di oliva.



4 Fatele raffreddare su un tovagliolo di carta assorbente.



5 Rosolate le cipolle in olio extravergine d'oliva, bagnate con vino bianco ed aceto.

Aggiungete l'alloro, l'aglio, il pepe e fate cuocere per 20 minuti.



6 Fate raffreddare e prendete un barattolo in cui disporrete i pezzi di anguilla, le cipolle ricoprendo con il liquido di cottura.

Lasciate il barattolo in frigorifero almeno una settimana prima di aprirlo.



- 7 Tenete da parte il liquido di cottura che vi avanza perchè le anguille tendono ad assorbirlo e sarà quindi necessario i giorni successivi aggiungerne.