

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Broccoletti al tegamino

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 25 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

300 g di broccoletti lessati

3 alici sott'olio

8 pomodorini

poco aceto di mele

1 spicchio di aglio

3 cucchiai di olio extravergine di oliva

pepe

poco peperoncino.

PREPARAZIONE

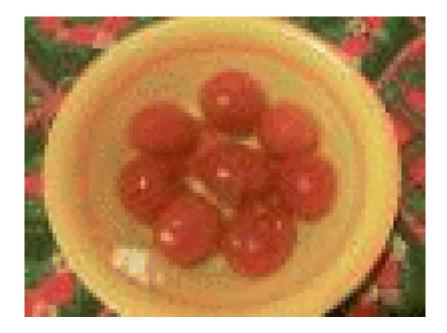




2 In una pentola fate lessare per qualche minuti i pomodorini.



3 Trasferite i pomodorini in una ciotola con acqua e ghiaccio.



4 Private i pomodorini della pelle e frullare nel mixer.

In una casseruola mettete l'olio, l'aglio, il peperoncino e le acciughe e lasciate rosolare.



5 Unite i broccoletti e mescolare bene.



6 Unite i pomodorini frullati, sale e pepe.



7 Mescolate bene quindi coprite e lasciate restringere.

Unite poco aceto e lasciate evaporare.



