CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Cavolo verde alla brasiliana

LUOGO: Sud America / Brasile

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 60 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

INGREDIENTI

CAVOLO VERZA 1

SPICCHIO DI AGLIO 15

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2 tazze

BURRO 3 cucchiai da tavola

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 In una casseruola fate sobbollire gli spicchi d'aglio interi in acqua per 5 minuti, quindi scolateli (questa operazione addolcirà il sapore forte dell'aglio).

Trasferite l'aglio in una casseruola che possa andare in forno insieme a due tazze d'olio.

2 Infornate a 160°C per circa 45 minuti - un'ora o fino a quando l'aglio risulti ben dorato; sbucciate l'aglio.

Lavate i mazzi di cavolo verde e rimuovete la parte centrale più dura. Arrotolate le foglie a forma di sigaro e tagliatele a striscioline.

3 In una grossa padella fate imbiondire tre cucchiai di burro, aggiungetevi il cavolo verde, gli spicchi d'aglio arrostiti e quattro cucchiai di olio d'oliva aromatizzato all'aglio.

4 Fate appassire leggermente il cavolo nella padella, mescolando bene e condite con sale e

pepe e salsa piccante.