

SECONDI PIATTI

Dkiket El Kebda Fegato con verdure cotto in casseruola

LUOGO: *Africa / Tunisia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *15 min* COTTURA: *15 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



Dkiket El Kebda ovvero il fegato cotto con le verdure in casseruola. Una ricetta tradizionale tunisina.

INGREDIENTI

FEGATO DI VITELLO 400 gr
ZUCCHINE 2
POMODORI 3
PEPERONI FRIGGITELLI oppure peperoni
cornetti verdi - 4
CIPOLLE 1
UOVA 4
CUMINO 1 cucchiaino da tè
SALSA HARISSA 1 cucchiaino da tè
MENTA ESSICCATA
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Innanzitutto tagliate tutte le verdure a julienne, ad eccezione dei pomodori che taglierete a spicchi.

Tagliate a striscioline anche il fegato.

Nel frattempo avrete messo a scaldare, in una casseruola capiente, un fondo d'olio extravergine d'oliva.

Non appena l'olio sarà sufficientemente caldo, trasferite tutte le verdure ed il fegato nella casseruola e fate soffriggere tutti gli ingredienti in modo omogeneo.



2 A rosolatura avvenuta, insaporite la preparazione con il cumino, l'harissa e la menta; regolate di sale e pepe.



3 Portate a cottura tutti gli ingredienti.

Cinque minuti prima del termine della cottura, unite, una alla volta, le uova cercando di non rompere il tuorlo durante l'operazione.



4 Spegnete il fuoco non appena vedrete l'albume diventare bianco e rassodarsi.

Servite ciascun commensale con un po' del composto di fegato e verdure e con un uovo ciascuno.