

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Fave brasate col pomodoro

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

1
5 kg fave fresche
4 cipollotti
2 pomodori
1 manciata capperi sotto sale
origano
basilico
aglio
peperoncino
olio d'oliva extra-vergine
sale marino integrale
pane casereccio.

PREPARAZIONE

- 1 Tagliare a dadini la polpa di pomodoro e condirla con sale, capperi, origano. Tagliare finemente le cipolle e farle imbiondire in olio e peperoncino; unire le fave sguosciate, salare

e brasare dolcemente per 40 minuti, unendo poca acqua.

- 2 Aggiungere il pomodoro, il prezzemolo tritato, spegnere la fiamma e far prendere sapore. Servire su fette di pane tostato strofinate d'aglio.