

ZUPPE E MINESTRE

Fregola con cagliato o a cassola

LUOGO: Europa / Italia / Sardegna

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa COSTO: basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

fregola
lardo d'annata
pomodori
prezzemolo
basilico
cagliato o formaggio fresco

PREPARAZIONE

1 Pestare il lardo e farlo soffriggere con i pomodori ben maturi. Fare cuocere la fregola in acqua non molto salata.

A fine cottura unire il soffritto, il prezzemolo e il basilico. Aggiustare di sale.

Un altro modo di cuocere la fregola è questo: in acqua non salata cuocere la fregola con un po' di cipolla tagliata grossolanamente. A fine cottura condire col soffritto di lardo e un po' di cagliato in salamoia. Al posto del cagliato si può usare il formaggio fresco.

Lasciare riposare un po' e consumare la minestra ben calda.

Ricetta fornita dall'EPT di Nuoro

NOTE