

PRIMI PIATTI

Fregola sarda

LUOGO: Europa / Italia / Sardegna

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



INGREDIENTI

Semola

acqua

PREPARAZIONE

- 1 Prendere un recipiente ampio, meglio se di terracotta, versare la semola e spruzzarla d'acqua, provvedendo a rimestarla con le mani.
Togliere i piccoli grumi che si formano e continuare l'operazione fino all'esaurimento della semola.
Lasciare asciugare e usare la fregola per la preparazione di minestre.

Ricetta fornita dall'EPT di Nuoro

NOTE