

SECONDI PIATTI

Frittata con le erbe odorose

LUOGO: Europa / Italia / Umbria

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



PREPARAZIONE

1 Con un aglio fresco ed una cipollina fresca si fanno appassire le verdure con olio ed un goccio d'acqua in padella aggiungendovi qualche fogliolina di menta, di mentuccia e mezza foglia d'erba della Madonna.

Quando le erbe saranno appassite e l'acqua ben ritirata si versano le uova sbattute con un pizzico di sale e di pepe nero. Poi si procede a fare la frittata come al solito, rivoltandola da ambo le parti.

NOTE

La frittata con tutte le erbe, ovvero con le erbe odorose, è una ricetta tipica del periodo di Pasqua.

Si fa raccogliendo e mescolando sia le varie erbe di campo (asparagi, strigoli, luppolo, borragine) sia con qualcuna di quelle dell'orto, come le puntarelle delle fave, qualche fiore di broccoletto rimasto sulla pianta, le cimette sfogliate di qualche carciofo e chi più ne ha più ne metta.