

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Funghi trifolati

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

funghi
olio extravergine d'oliva o burro
aglio (è quasi obbligatorio)
sale
prezzemolo tritato o
secondo altre tradizioni regionali
nepitelia
origano
rosmarino (soffritto a parte) oppure
santoreggia.

PREPARAZIONE

- 1 Tagliate i funghi a fette, più o meno grandi a seconda della specie e della ricetta per cui serve il trifolato. Metteteli in un tegame basso (a freddo) con olio extravergine d'oliva o burro, aglio e sale. Cuocete a fuoco alto affinché emettano l'acqua di vegetazione, poi

abbassate la fiamma e proseguite la cottura finché l'acqua evapori e il condimento si presenti limpido.

Per utilizzarli direttamente aggiungete prezzemolo tritato o, secondo altre tradizioni regionali, nepitelia, origano, rosmarino (soffritto a parte) oppure santoreggia.

2 A questo punto si può conservare in frigorifero, coperto, per qualche giorno

NOTE

La ricetta dei funghi trifolati è quella che meglio esalta il gusto dei funghi e che serve come base per quasi tutte le ricette: sughi, risotti con funghi freschi, minestre, intingoli per carni o pesci.