

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

## Funghi trifolati

---

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [10 min](#)    COTTURA: [10 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



Accanto ad una bella e succosa bistecca, alla [polenta](#) o abbinati ai formaggi o messi sui crostini, i funghi trifolati sono sempre un [contorno](#) eccellente, perfetto per chi vuole portare a tavola qualcosa che faccia colpo sicuro. Farli non è per nulla difficile e quelli che vi avanzano possono essere utilizzati come stuzzicante condimento di un risotto o una pasta, oppure potete aggiungerli su focacce e pizze, farcire panini gustosi o ancora potete utilizzarle per i ripieni di torte salate o potete gustarli su delle bruschette di pane. Insomma da una preparazione possono nascerne mille!

I funghi trifolati sono tra i [contorni](#) più semplici e

veloci che si possano fare e poi piacciono sempre a tutti! Pochi ingredienti li rendono perfetti per essere abbinati anche a secondi di carne. Come li vedete accanto a un roast beef o a un [coniglio](#) in padella? Un buon olio extravergine di olive e il prezzemolo ne esaltano di certo il sapore, rendendoli ancora più aromatici. Ma sappiate che se vi dovessero avanzare potete usarli per condirci la pasta.

Trifolare i funghi significa, nel senso stretto, cuocerli in padella con l'aggiunta dell'aglio, olio e prezzemolo. In questo caso abbiamo scelto un mix, ma qualora vi piacesse di più una varietà particolare, potete tranquillamente utilizzare solo porcini o solo champignon, insomma adattatela in base ai vostri gusti!

Pur essendo una ricetta molto semplice da realizzare sarà necessario seguire il nostro passo passo per farla in modo perfetto. Come sempre vi diciamo la scelta delle materie prime è fondamentale, l'olio extra vergine di oliva fa davvero la differenza, così come i funghi stessi.

Se amate questo ingrediente autunnale, vi diamo allora anche altre idee per fare [ricette con i funghi](#)

[Funghi trifolati sott'olio](#)

[Funghi con panna acida](#)

[Funghi al miele](#)

## INGREDIENTI

CHAMPIGNON 350 gr

PIOPPINI 250 gr

PLEUROTUS 350 gr

PREZZEMOLO 1 ciuffo

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE

SPICCHIO DI AGLIO 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

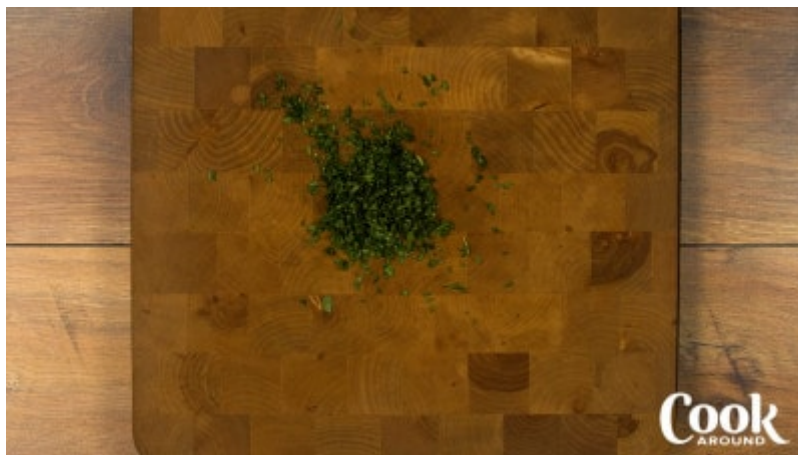
# PREPARAZIONE

**1** Quando volete preparare i funghi trifolati per prima cosa pulite bene i funghi: raschiate i gambi e pulite la cappelle con un canovaccio inumidito, in maniera tale da eliminare tutti i residui di terra.

Tagliate i funghi grossolanamente ad eccezione dei pioppini.

Tritate finemente il prezzemolo.





- 2 In una padella versate un giro d'olio extravergine d'oliva, lasciate scaldare a fuoco basso, quindi profumate l'olio con aglio, aromatizzate con del peperoncino spezzettato a piacere, ed il prezzemolo.





**3** Aggiungete i funghi nella padella a seconda del tipo utilizzato. In questo caso mettete da prima nella padella i pleurotus, cuocete per 2 minuti circa. Poi aggiungete gli champignon e, proseguite la cottura per altri 5-6 minuti. Mescolate frequentemente i funghi durante la cottura.





- 4 Infine unite i chiodini e, lasciate cuocere ancora a fuoco basso per 4-5 minuti. Regolate di sale e rimuovete l'aglio. Cuocete per altri 2-3 minuti, o fino a quando i funghi risultino morbidi.







5

Servite i funghi trifolati ben caldi.

