

SECONDI PIATTI

Ikokore

LUOGO: Africa / Nigeria

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



INGREDIENTI

- 1 patata d'acqua di media grandezza
- 2 cucchiaini di passata di pomodoro
- 1 cipolla media
- 2 cucchiaini di pepe in polvere
- ½ cucchiaino di carruba
- 1 cucchiaino di brodo di carne o pollo
- 100ml di olio di palma
- 450gr di pesce secco affumicato
- 2 dadi
- sale (e condimento se desiderato)

PREPARAZIONE

1. Tritare le cipolle
2. Sbucciare le patate
3. Lavare le patate e grattugiare
4. Mettere le patate grattugiate in una casseruola profonda

5. Aggiungere tutti gli ingredienti eccetto il pesce
6. Aggiungere 250ml d'acqua e far sobbollire per 1 ora
7. Rimuovere le spine del pesce, romperlo e lavarlo
8. Aggiungere il pesce al preparato
9. Miscelare le patate grattugiate insieme al preparato e aggiungere il sale
10. Prendere un piccolo mestolo e lasciarlo immerso nella zuppa fino ad esaurimento della stessa
11. Ridurre il fuoco, coprire la casseruola e far sobbollire per 30/40 minuti fino a che le patate siano cotte.
12. Servire caldo