

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Insalata di patate dolci

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

- 500 g di patate dolci
- 1/2 tazza d'olio
- 1 cipolla schiacciata
- 1 pizzico di sale
- 1/2 cucchiaino di zenzero
- 1 bicchiere d'acqua
- 1 pizzico di cumino
- 1 cucchiaino di peperoncino rosso dolce
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato e coriandolo
- succo di mezzo limone
- la buccia di limone tagliata in piccoli pezzi
- qualche oliva tagliata a pezzi.

PREPARAZIONE

- 1 Sciogliere la cipolla con l'olio, il sale, lo zafferano e lo zenzero, versare il bicchiere d'acqua,

aggiungere le patate dolci sbucciate e tagliate in pezzetti, coprire la casseruola , cuocere per 5 minuti, aggiungere il cumino, il peroncino rosso, il prezzemolo, il coriandolo, il succo di limone, la buccia di limone e le olive, far addensare la salsa così da ottenere una consistenza morbida.

Servire fresco.