

ZUPPE E MINESTRE

Stracciatella

LUOGO: Europa / Italia



Dopo una giornata fredda magari passata fuori casa alle intemperie, si ha spesso voglia di rilassarsi e mangiare qualcosa di caldo. Un pasto semplice magari ma che metta in circolo un po' di tepore. Allora, cari amici di Cookaround la **stracciatella** è il piatto perfetto in queste occasioni.

Un comfort food che viene dalla tradizione contadina, dove protagoniste assolute sono le uova. Un piatto povero perché ad esclusione del brodo che può essere anche vegetale si fa con pochissimi ingredienti.

Le uova mescolate al formaggio e sbattute, messe a contatto con il brodo, diventano soffici soffici e leggere come piccole spugnette ricche di gusto e sapore.

La stracciatella con le uova è il piatto decisamente perfetto quando in casa avete pochi ingredienti a disposizione ma avete comunque tanta fame, perché si fa con pochissimi ingredienti e davvero in poco tempo.

Affondare il cucchiaino in questo brodo ricco dà tanta soddisfazione, mette in sesto e inoltre è l'ideale per grandi e piccini.

La stracciatella alla romana è un tipico piatto del centro Italia, che sembra abbia avuto origine in Umbria o nelle Marche ed un'aricetta che è nata tanti anni fa, ma per la sua bontà è restato nel quotidiano come piatto consueto invernale. Fatta principalmente da nonne da zie si tramanda di generazione in generazione con piccole varianti.

In quanto piatto tipico e regionale, si usa portarlo a tavola nei giorni di festa soprattutto durante le festività comandate come il Natale e la Pasqua.

È un piatto molto nutriente grazie alla presenza delle uova ma poco grasso perché il brodo viene sgrassato, ma può essere arricchito con il formaggio. È inoltre una ricetta molto furba perché è perfetta per riutilizzare del brodo avanzato dal giorno prima, che sarà ancora più saporito!

Insomma una ricetta facile che diventerà un vero e proprio asso nella manica da tirar fuori al momento

opportuno.

Se poi vi dovessero avanzare delle uova ecco altre ricette gustose e facili con esse.

[uova con la scamorza](#)

[uova strapazzate](#)

[uova al purgatorio](#)

INGREDIENTI PER IL BRODO

CARNE PER LESSO 800 gr

CIPOLLE 180 gr

CAROTE 110 gr

SEDANO 70 gr

PREZZEMOLO 1 ciuffo

ALLORO 1 foglia

CHIODI DI GAROFANO 3

PEPE NERO IN GRANI 1 cucchiaio da tè

SALE GROSSO

ACQUA 4 l

INGREDIENTI PER LA STRACCIATELLA

UOVA 4

PARMIGIANO REGGIANO 100 gr

NOCE MOSCATA

SALE

SCORZA DI LIMONE di 1/2 limone -

PREPARAZIONE

1 Quando volete realizzare la ricetta della stracciatella di uova per prima cosa partite dalla base, ovvero dal brodo.

Mettete tutti gli ingredienti per il brodo di carne in una pentola con acqua fredda portate a bollore quindi lasciate cuocere lentamente per almeno 2 ore.







2 Quando il brodo sarà pronto e la carne diventata tenera, filtrate tutto il liquido e mettete il brodo in frigo coperto con pellicola per una notte.

Il giorno dopo rimuovete il grasso che galleggia in superficie. Basterà una schiumarola o un mestolo.



3 Una volta sgrassato il brodo, rimettetelo sul fuoco e fatelo bollire di nuovo.



- 4 A questo punto riunite in una ciotola le uova, il parmigiano, la noce moscata grattugiata, un pizzico di sale e la scorza di mezzo limone anch'essa grattugiata.

Sbattete gli ingredienti energicamente con una forchetta o una frusta.







5 A questo punto versate il composto di uova mescolando bene con una forchetta affinché esso si rompa in tanti "straccetti".

Lasciate cuocere per circa due minuti a fuoco moderato.





6 Alzate la stracciatella con un po' di brodo e servite immediatamente.

