

ANTIPASTI E SNACK

Acciughe con i fagioli

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia / Puglia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **30 min** COTTURA: **20 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **media**



INGREDIENTI

ALICI O ACCIUGHE 800 gr
FAGIOLI BORLOTTI lessi - 400 gr
VINO ROSSO ½ bicchieri
CONCENTRATO DI POMODORO 1
cucchiaino da tè
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 1
bicchiere
SPICCHIO DI AGLIO 3
SALVIA 5 foglie
FARINA 4 cucchiaini da tavola
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Pulite, eviscerate e sfilettate le acciughe.



2 Infarinate i filetti d'acciuga e frigeteli in una padella con abbondante olio bollente, fino a doratura.



3 Prelevate le acciughe dall'olio con una schiumarola ed adagiatele su un foglio di carta assorbente da cucina per far assorbire l'olio in eccesso.

In un'altra padella con un cucchiaio d'olio, rosolate l'aglio e la salvia tritati; quando l'aglio inizia a dorarsi bagnate il tutto con il vino e lasciatelo ridurre della metà.



4 Aggiungete il concentrato di pomodoro, diluito con l'acqua e lasciate addensare la salsa.



5 Aggiungete i fagioli e lasciate insaporire per 10 minuti a fiamma bassa, aggiustate di sale e pepe.



6 Passato il tempo unitevi i filetti d'acciuga e lasciate insaporire ancora per 5 minuti.

