

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Cavolo verde alla brasiliana

di: *Cookaround*

LUOGO: *Sud America / Brasile*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *10 min* COTTURA: *60 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

CAVOLO VERZA 1

SPICCHIO DI AGLIO 15

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2
tazze

BURRO 3 cucchiaini da tavola

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 In una casseruola fate sobbollire gli spicchi d'aglio interi in acqua per 5 minuti, quindi scolateli (questa operazione addolcirà il sapore forte dell'aglio).

Trasferite l'aglio in una casseruola che possa andare in forno insieme a due tazze d'olio.



- 2** Infornate a 160°C per circa 45 minuti - un'ora o fino a quando l'aglio risulti ben dorato; sbucciate l'aglio.

Lavate i mazzi di cavolo verde e rimuovete la parte centrale più dura. Arrotolate le foglie a forma di sigaro e tagliatele a striscioline.



- 3** In una grossa padella fate imbiondire tre cucchiaini di burro, aggiungetevi il cavolo verde, gli spicchi d'aglio arrostiti e quattro cucchiaini di olio d'oliva aromatizzato all'aglio.



4 Fate appassire leggermente il cavolo nella padella, mescolando bene e condite con sale e

pepe e salsa piccante.

