

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Patate, pomodori e cipolle

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 40 min COSTO:

basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Patate, pomodori e cipolle: sia un contorno che la farcitura di una bruschetta. La ricetta è veloce, la difficoltà davvero bassa, è un piatto che funziona a prescindere dalla bravura di chi inforna. Preparare patate, pomodori e cipolle vi potrebbe risolvere la cena con molto gusto!

INGREDIENTI

PATATE 1 kg
CIPOLLE rosse di Tropea - 2
POMODORI PICCADILLY o pendolini -
500 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
ORIGANO ESSICCATO 1 pizzico
SALE
PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Ungete una teglia da forno.

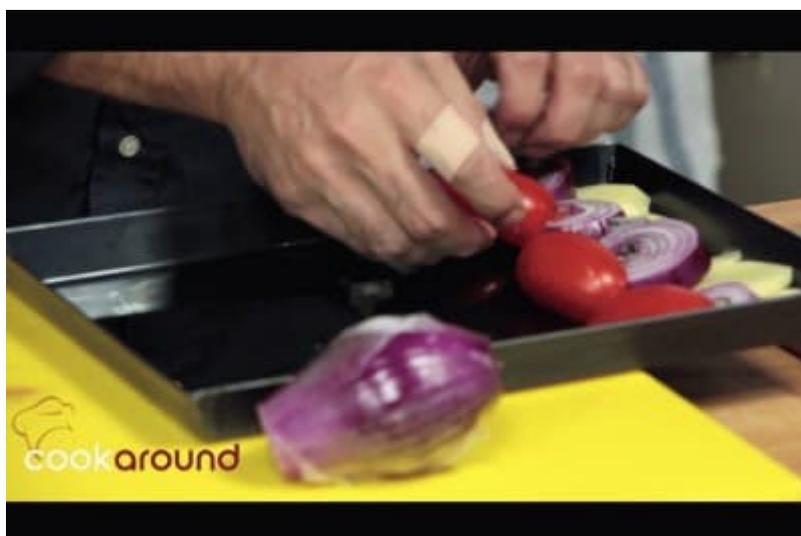


2 Sbucciate, lavate ed affettate le patate e le cipolle (che dovrete affettare leggermente più spesse) e tagliate i pomodori precedentemente lavati a metà.





- 3 Iniziate a realizzare una prima riga di patate, quindi realizzatene un'altra con le cipolle sovrapponendole leggermente alle patate, quindi una di pomodori.



- 4 Continuate a disporre le verdure nella teglia seguendo lo stesso ordine.



- 5 Una volta disposte tutte le verdure, irrorate con un bel giro d'olio extravergine d'oliva, salate, pepate e aromatizzate con dell'origano secco.



- 6 Infornate la teglia a 200°C per circa 30-40 minuti.

Quando le verdure saranno ben dorate e morbide, sfornate la teglia.

Servite questo misto di verdure al forno come contorno, come antipasto ma anche per merenda distribuito su di una fetta di pane tostato.



NOTE

Dalla nostra Cucina per Voci: "La cipolla (*Allium cepa*) è il bulbo di una pianta appartenente alla famiglia delle Liliaceae. Esistono diverse varietà di cipolle che si differenziano tra di loro sia per l'utilizzo sia per l'aspetto esteriore (bianche, dorate, rosse, sferiche o ovali). Tra le più note quelle ovali di Tropea, rosse e dolci, adatte per consumo a crudo, sottaceto o sott'olio. È utilizzata nei condimenti per il suo straordinario aroma che è causato da composti solforati che sono responsabili dell'effetto lacrimogeno, ma anche come verdura sia cotta che cruda. La cipolla è usata in cucina come base per soffritti, battuti, cotta al forno, in agrodolce e cruda nelle insalate."