

SECONDI PIATTI

Rana pescatrice in umido con i fagioli

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Marche](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [15 min](#) COSTO: [medio](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



La rana pescatrice (o coda di rospo) in umido con i fagioli è un piatto ricchissimo di gusto e sapore.

INGREDIENTI

RANA PESCATRICE 1 kg
FAGIOLI BORLOTTI 200 gr
POMODORI 800 gr
SPICCHIO DI AGLIO 2
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiari da tavola
VINO BIANCO 1 bicchiere
SALE
PEPERONCINO IN POLVERE

PREPARAZIONE

1 Scaldate in padella un po' di olio e rosolatevi l'aglio ed il peperoncino tritati.

Aggiungete, quindi la rana pescatrice e fatela dorare uniformemente.



2 Quando il pesce risulterà ben dorato, sfumate con il vino.



3 Aggiungete i pomodori, tagliati a tocchetti e lasciate cuocere per 5 minuti a fiamma dolce.



- 4 Unite, infine, i fagioli precedentemente lessati e lasciate cuocere a fuoco vivace per altri 10 minuti.

