



TACCOLE IN UMIDO

Difficolt: Facile



Le taccole sono un contorno molto gustoso e facile da preparare, necessitano solo di qualche minuto di cottura, ma ne vale davvero la pena. Ottimo accompagnamento a secondi di carne o pesce, buonissime anche insieme alle patate lesse. Semplici e pochi passaggi ... vediamoli insieme

- fagioli a corallo 500gr.
- pomodoro passata 150gr.
- aglio 1 spicchio
- olio EVO
- peperoncino facoltativo
- sale
- scalogno

Iniziare a lavare ed eliminare le cime dei nostri fagiolini

Stufare in un tegame la cipolla con un goccio di olio e un bicchiere di acqua



Unire la passata di pomodoro lo spicchio di aglio, il sale e il peperoncino



Far insaporire ed aggiungere i fagiolini con due bicchieri di acqua e coprire con un coperchio, lasciando cuocere per circa 40 minuti



Togliere l'aglio e la cipolla ed eccole pronte, buonissime; se evitiamo di utilizzare l'olio possono diventare un ottimo contorno light ;)



Buon appetito
e alla prossima ricetta ;)