



SIMONE RUGIATI E L'ANTIADERENTE COOKING FUSION – BIETOLA RIPASSATA

Primo - 4 persone

Ingredienti:

- 800g bietole in foglie
- 2 filetti di acciughe
- 50 g olive di taggia denocciate
- 30 g pinoli
- 50 g uva ammollata
- aglio
- peperoncino
- olio extravergine
- sale
- pepe

Preparazione:

-mettete un filo di olio nella casseruola e aggiungete 2 spicchi di aglio schiacciati, il peperoncino privato di semi e punta; e i filetti di acciughe. fate sciogliere a fiamma bassa.

-aggiungete i pinoli per farli tostare.

-tagliate la parte bianca delle bietole e fatela stufare insieme al resto del composto aggiungendo anche l'uvetta ammollata. mettete il coperchio e fate appassire.

- appena comincerà a rilasciare, circa 5 minuti, aggiungete le foglie delle bietole sminuzzate e le olive di taggia.

- regolate di sale e pepe

- portate a termine la cottura