



RICETTA DEL GIORNO

Cavolfiore affogato (Sicilia)

Ingredienti

Dosi per 4: 1.200 kg di cavolfiore- 6 cipolline novelle- 2 acciughe- 50 gr. di pecorino- 1 bicchiere di vino rosso- olio extravergine d'oliva- sale- pepe.

Preparazione

Pulire il cavolfiore, lavarlo e tagliare le cimette a fettine sottili. Pulire la cipolla, lavarla e tagliarla a listarelle. Pulire e diliscare le acciughe, tagliare a pezzetti il pecorino. In un tegame mettere uno stato di cavolfiore, cipolla, acciughe e pecorino, poco sale e pepe nero macinato al momento. Continuare così finchè non finiscono gli ingredienti. Irrorare con un filo d'olio e passare a fuoco lentissimo, mettendo un peso sul coperchio, in modo che il cavolfiore possa cuocere col suo stesso vapore. Di tanto in tanto, aggiungere qualche cucchiaino d'acqua e a mezza cottura aggiungere il vino. È importante che l'acqua sia aggiunta in dosi minime, in modo che il cavolfiore possa soffriggere durante la cottura. Servire freddo

