



Uova al tegame con pomodoro piccante

Ingredienti per 4

- 4 uova,
- 4 pomodori grossi,
- 1 spicchio d'aglio,
- 2 peperoncini piccanti,
- 2 cucchiaini d'olio
extravergine d'oliva,
- sale.

Lavate i pomodori, tuffateli per pochi secondi in una pentola di acqua bollente, quindi estraeteli, sbucciateli, eliminate i semi interni e l'acqua di vegetazione poi con un coltello tagliateli a pezzetti.

Sbucciate l'aglio, eliminate l'anima interna e tritatelo; spezzettate i peperoncini eliminando i semi.

Mettete l'aglio e il peperoncino con l'olio in una padella, fateli rosolare poi unitevi la dadolata di pomodori, salate e proseguite la cottura per 10 minuti.

Trasferite la salsa di pomodoro appena preparata in una pirofila che possa andare in tavola.

Formate nella salsa, con il dorso di un cucchiaino, 4 fossette e sgusciate in ciascuna un uovo intero.

Cospargete su ogni uovo un pizzico di sale, infornate la pirofila in forno già caldo a 190° e fate cuocere per 15 minuti circa, finché vedrete che tutto l'albume sarà ben cotto.

Estraete le uova al tegame dal forno e servitele subito in tavola.

difficoltà: facile



tempo prep.
10'



tempo cottura
37'



calorie per
porzione 170



a meno di
€ 2,00

IDEA

alternativa

Potete arricchire questa ricetta aggiungendo al sugo di pomodoro 100 gr di salsiccia sbriciolata o una dadolata di pancetta affumicata. Potete anche preparare un sugo al basilico non piccante.