Anguille con la cicoria

Autore : Carolina Barra

Data : 2 Marzo 2021

Ingredienti:

1 kg e mezzo di anguille
6 fascetti di cicoria
500 grammi di pomodoro

Mezza cipolla
Uno spicchio d'aglio
Prezzemolo q.b.
1 peperoncino piccante
Sugna q.b.
Olio EVO q.b.
Sale q.b.
Pepe q.b.

Procedimento:

Questa è una ricetta poco conosciuta e piuttosto antica, nata in provincia di Caserta, ma conosciuta anche nell'entroterra del napoletano.

Innanzitutto puliamo e laviamo la cicoria, poi la lessiamo a metà cottura e la premiamo delicatamente con le mani per eliminare l'acqua.

A parte prepariamo una salsa di pomodoro piuttosto densa e semplice, senza niente altro. Possiamo usare i pomodori freschi o anche quelli pelati, a seconda della stagione.

In un tegame facciamo soffriggere con la sugna e l'olio lo spicchio d'aglio tagliato a pezzetti, il peperoncino e la cipolla tritata finemente.

Quando avranno preso calore aggiungiamo la cicoria e, dopo 10 minuti circa, le anguille pulite e tagliate a

tocchetti non troppo grandi. Saliamo e pepiamo.

Aspettiamo altri 5 minuti, il tempo che il tutto si insaporisca, e uniamo la salsa di pomodoro.

Lasciamo ultimare la cottura.

Possiamo sostituire la sugna con il burro o usare semplicemente più olio se vogliamo un piatto più leggero.

Serviamo le anguille calde, magari accompagnate con dei crostini o della polenta abbrustolita.

Come vino possiamo abbinare un Cerasuolo d'Abruzzo.

Buon appetito!