

Sfizioso e semplice contorno che accompagna bene sia carne che pesce.

Da noi, in Sicilia, viene anche detta "scarola".

Ingredienti per 2 persone

- ▶ 1 cespo di indivia riccia di circa 300 g
- ▶ 3 pomodori ciliegini (60 g)
- ▶ 2 filetti di alice sott'olio (15 g)
- ▶ 3 olive greche denocciolate (20 g)
- ▶ 1 spicchio di aglio
- ▶ 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva (20 g)
- ▶ 1 pizzico di origano.
- ▶ sale e pepe q.b.



Lavare bene la verdura e cuocerla in acqua bollente poco salata per una decina di minuti.

Nel frattempo mettere su fuoco moderato un capiente tegame con i filetti di alice, i pomodorini e le olive a pezzetti, lo spicchio di aglio schiacciato, l'olio, un pizzico di sale e pepe, lasciare cuocere per pochi minuti e, solo alla infine aggiungere la verdura ben scolata.

Lasciare insaporire per alcuni minuti rimescolando bene tutto e, poco prima di togliere dal fuoco, aggiungere un pizzico di origano.

Servire caldo o freddo.

Apporto calorico per questa ricetta: circa 145 Kcal a persona

FAI UN CLICK SULLA FOTO PER INGRANDIRLA