

COLTA SUL FATTO

CICORIA ALLA ROMANA

GIUGNO



“
CU
RIO
SITA
”

LE DONNE ROMANE RACCOGLIEVANO QUESTA VERDURA LUNGO I FOSSI E LE STRADE PER POI CUCINARLA SECONDO QUESTA RICETTA. LA CICORIA VENIVA POI MESSA NEL “CARTOCCIO” DI PANE TAGLIATO ORIZZONTALMENTE, PASTO TIPICO DEGLI UOMINI CHE LAVORAVANO NEI CAMPI.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1,5 KG DI CICORIA,
SALE, OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA,
3 SPICCHI DI AGLIO,
PEPERONCINO TRITATO O A PEZZETTI,
BICARBONATO O LIMONE.



PREPARAZIONE

La cicoria deve essere freschissima, deve passare dalla borsa della spesa (o dal campo) alla pentola, dopo averla lavata in acqua calda e bicarbonato, liberata dei gambi più lunghi e sciacquata in abbondante acqua fredda. Riempire una pentola con acqua fredda e salata e portarla ad ebollizione. Immergere la cicoria e cuocere per circa 5 minuti, fino a che non risulterà morbida. Scolare e strizzare bene, in modo da eliminare l'acqua di cottura in eccesso.

IN PADELLA

Rosolare in olio extravergine l'aglio e il peperoncino per almeno un minuto, aggiungere la cicoria e cuocere a fuoco medio per circa 10 minuti, girandola spesso. Un contorno da servire ben caldo. E piccante.