

Cipolline all'aceto balsamico

Le **cipolline all'aceto balsamico** sono un contorno a base di cipolline borettane, dalla caratteristica forma piccola e schiacciata, cotte nel brodo e glassate con l'aceto balsamico.

Le **cipolline all'aceto balsamico** sono un ottimo contorno per i piatti a base di carne. Sono facili da preparare, ma richiedono una laboriosa operazione di pulizia, che però sarà ampiamente ripagata dal loro sapore. Se volete si trovano anche già spellate, nel banco frigo. Perdono un po' di sapore, rispetto a quelle con la buccia, ma sono un buon compromesso per chi ha poco tempo :-)

INFORMAZIONI

- **2** persone
- **120Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **1 ora**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 500 g di cipolline borettane
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 100 ml di Brodo vegetale
- Sale
- 1 cucchiaio di aceto balsamico
- Zucchero

PREPARAZIONE

- Sbucciare le cipolline e sciacquarle sotto acqua fresca corrente.
- In una padella versare l'olio e mettere le cipolline. Accendere il fuoco e far rosolare per un paio di minuti a fiamma vivace.
- Aggiungere il brodo caldo, un pizzico di sale e cuocere a fuoco basso per 25-30 minuti girando di tanto in tanto. Il tempo di cottura esatto dipende dalla dimensione delle cipolline, che devono risultare morbide, ma non sfaldarsi.
- A fine cottura, alzare la fiamma, unire l'aceto balsamico, un pizzico di zucchero e far caramellare per uno-due minuti a fiamma vivace.
- Servire calde o tiepide.

PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti a base di carne, pesce o formaggi.

STAGIONE

Luglio, agosto, settembre, ottobre, novembre, dicembre

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.



I consigli di Barbara

Se avanzano si conservano ottimamente per un paio di giorni in frigorifero, ben coperte. Al momento di gustarle lasciarle almeno mezz'ora a temperatura ambiente, oppure riscaldarle brevemente in padella o nel microonde.