

Cipolline all'aceto

Le **cipolline all'aceto** sono un contorno realizzato con le cipolline borettane, una varietà di cipolline molto note per la sua squisitezza, dalla classica forma schiacciata.

Le **cipolline all'aceto** cuociono in brodo vegetale, aceto di mele e, oltre ad essere molto gustose, sono anche leggere e poco caloriche. Se avanzano si possono conservare per 2-3 giorni in frigorifero, ben coperte. Lasciarle per mezz'ora a temperatura ambiente prima di gustarle, oppure riscaldarle in padella.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **100Kcal** 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
- 150 ml di Brodo vegetale
- 1 cucchiaio di aceto di mele
- Sale

PREPARAZIONE

- Sbucciare le cipolline, pulirle e sciacquarle in acqua fresca.
- 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, l'aceto, due pizzichi di sale e mescolare.
- Cuocere a fuoco basso, coperto, per 20 minuti girando di tanto in tanto. Scoprire e cuocere per altri 10 minuti.
- Il tempo di cottura esatto dipende dalla dimensione delle cipolline, che devono risultare morbide, ma non sfaldarsi. Assaggiare e prolungare eventualmente la cottura di altri 5-10 minuti. Se il fondo di cottura dovesse asciugarsi troppo aggiungere altro brodo vegetale.
- A fine cottura alzare la fiamma, saltare le cipolline per farle dorare e regolare di sale.
- Servire tiepide.

PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti a base di carne o di pesce.

STAGIONE

Luglio, agosto, settembre, ottobre, novembre, dicembre

AUTORE

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

