

Piselli alla parigina

I **piselli alla parigina** sono un contorno a base di piselli che vengono cotti nel burro assieme a cipolla e striscioline di lattuga. In primavera possiamo preparare questo piatto con i piselli freschi, particolarmente buoni e dolci. Nei restanti mesi dell'anno si possono usare piselli surgelati. Se utilizzate piselli surgelati attenzione ai tempi di cottura, che sono più brevi rispetto ai piselli freschi. Occorrerà inoltre meno brodo.

I **piselli alla parigina** sono ottimi serviti come contorno di carni bianche, ma io li adoro con le uova, soprattutto strapazzate.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **200Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **vegetariana**

INGREDIENTI

- 300 g di piselli (peso sgranato)
- 250 ml di Brodo vegetale
- 0,5 cipolla bianca
- 1 cuore di lattuga
- 30 g di burro
- 1 pizzico di zucchero
- Pepe nero macinato al momento
- 1 pizzico di sale

PREPARAZIONE

- Sgranare i piselli.
- Scaldare il brodo.
- Spellare la cipolla e tritarla finemente.
- Lavare le foglie di lattuga, scuoterle per eliminare l'eccesso d'acqua, quindi affettarle a striscioline sottili.
- Mettere in una padella il burro, portarla sul fuoco e farlo sciogliere.
- Unire la cipolla, cospargerla bene sul fondo, quindi farla dorare.
- Aggiungere i piselli, mescolare, e cuocere per un paio di minuti.
- Unire la lattuga, lo zucchero, mescolare e cuocere un minuto.
- Aggiungere il brodo, una generosa macinata di pepe, un pizzico di sale e mescolare.
- Cuocere a fiamma medio bassa, coperto, per 20 minuti circa. Il tempo esatto di cottura dipende dalla grandezza dei piselli e dalla consistenza della loro buccia. Se il fondo di cottura dovesse asciugarsi troppo, aggiungere altro brodo.
- Verso fine cottura togliere il coperchio, alzare la fiamma e far asciugare mescolando continuamente.
- Regolare di sale e servire.

PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti a base di carne, uova.

STAGIONE

Marzo, aprile, maggio, giugno

AUTORE

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



VARIANTE VEGAN

Utilizzare olio extravergine di oliva al posto del burro.

I consigli di Barbara

I **piselli alla parigina** una volta pronti si possono conservare per un paio di giorni in frigorifero, ben chiusi in un contenitore. Si possono gustare a temperatura ambiente, oppure riscaldare brevemente in padella o nel microonde.