

Le Ricette

Tutto il buono del mondo in un blog

Capitone in umido

Strawberry · Monday, December 3rd, 2012

Ingredienti:(4 persone)

- 800gr capitone
- un kg pomodori
- un bicchiere di vino
- 2 cipolle
- basilico
- prezzemolo
- pane casareccio
- olio extravergine
- sale pepe

Preparazione:

Lavate e pulite il capitone, tagliate la testa e la coda, evisceratelo e tagliatelo a pezzi, salatelo e pepatelo. In una padella, versate un filo di olio e i pomodori lavate e tagliati a pezzi i pomodori, salate, pepate, unite qualche foglia di basilico e cuocete a fuoco medio per circa trenta minuti. Pelate le cipolle, tritatele finemente e mettetele a rosolare in una padella con l'olio, unite i tranci di capitone, il prezzemolo tritato, fate cuocere per alcuni minuti, aggiungete il vino bianco, lasciate evaporare, unite il sugo di pomodori e cuocete per altri 15 minuti, girando i pezzi di capitone di tanto in tanto. Tagliate a fette il pane casareccio, tostatelo in forno per alcuni minuti, disponetele in un piatto da portata, disponete il capitone e il sugo.

This entry was posted on Monday, December 3rd, 2012 at 6:21 pm and is filed under [Italiane](#), [Ricette](#), [Secondi](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.

