

Barba Di Frate Alle Acciughe

Lessate la barba di frate, sgocciolatela e asciugatela. In un tegame scaldate 4 cucchiaini d'olio e uno spicchio d'aglio. Togliete quest'ultimo appena è dorato. Aggiungete le acciughe diliscate, dissalate e tagliate a pezzetti e infine la verdura. Regolate di sale e pepe, lasciate insaporire un quarto d'ora circa.

Ingredienti

2 Mazzetti Barba Di Frate
4 Cucchiaini Olio D'oliva
1 Spicchio Aglio
Verdure Varie
Sale
Pepe

Note

Preparazione: 25 minuti.