

SCALOGNO IN AGRODOLCE

4/5 scalogni grossi – di più se piccoli

3/4 cucchiaini di olio e.v.o.

mezzo cucchiaino di spezie tritate miste (cannella, pepe lungo, vaniglia, pepe rosa, chiodi di garofano)

4 cucchiaini di succo concentrato di mela

4 cucchiaini di aceto di riso (o di mele o di ume)

un pizzico di sale integrale

tutti gli ingredienti che ho usato sono biologici

Ho tagliato lo scalogno a fettine e l'ho fatto cuocere in padella con l'olio e le spezie a fuoco basso per una decina di minuti, poi ho aggiunto il succo di mela concentrato, lasciato insaporire mescolando, poi ho salato e aggiunto l'aceto di riso. Ho lasciato cuocere ancora una quindicina di minuti.

