

ANGUILLA IN UMIDO 2

Ingredienti:

- Una anguilla,
- olio,
- uno spicchio di aglio,
- una cipolla,
- prezzemolo,
- 250g. di pomodoro pelato,
- sale,
- pepe,
- una foglia di lauro.

Spellate bene l'anguilla e tagliatela a tronconi.

Mettete a rosolare nell'olio un trito di aglio, cipolla e prezzemolo e, quando il soffritto sarà pronto, unitevi i pomodori pelati, lasciando cuocere piano fino a che non si formi una salsa densa.

Unite sale e pepe e la foglia di lauro, e poi i pezzi di anguilla che lascerete cuocere nel sugo per una ventina di minuti.