

ARSELLE IN TEGLIA

Ingredienti per 4 persone:

- 1 Kg di arselle,
- acqua,
- sale,
- mezzo bicchiere di olio,
- una cipolla,
- una costola di sedano,
- un mazzetto di prezzemolo,
- due cucchiaini di salsa di pomodoro,
- pepe,
- noce moscata,
- mezzo cucchiaino di paprica,
- 200 g di crostini di pane tostati.

Lavate bene le arselle, poi mettetele sul fuoco con poca acqua salata e lasciatevele per circa 10 minuti; quindi scolatele, raccogliendo la loro acqua di cottura in una ciotola.

Filtrate attraverso un telo questo liquido e tenetelo da parte.

Mettete sul fuoco un tegame con l'olio e ponetevi ad appassire un trito fatto con la cipolla, il sedano e il prezzemolo.

Dopo qualche minuto unite al soffritto le arselle e la loro acqua di cottura, in cui avrete diluito la salsa di pomodoro.

Regolate di sale e di pepe e insaporite con un pochino di noce moscata grattugiata e con la paprica.

Coprite il tegame e fate cuocere dolcemente per circa 20 minuti.

Disponete i crostini di pane in quattro ciotoline di terracotta e versatevi sopra le arselle con il loro intingolo, quindi servite ben caldo.