



(<https://www.ricetteregionali.net/>)

Trippa stufata



4 Persone

Secondi Categoria

facile Difficoltà

2 ore Tempo

Attrezzatura : **pentola**

La trippa è uno dei piatti tradizionali più antichi della tradizione culinaria ligure. La trippa è una parte delle frattaglie dei bovini, in particolare dell'apparato digerente. In origine era un piatto molto povero in quanto queste frattaglie erano considerate gli scarti della macellazione. In realtà sono un alimento molto completo ricco di proteine e vitamine e con pochissimi grassi.

Ingredienti

- 1/2 kg di trippa
- 1/2 kg di patate
- 20 gr di pinoli
- 2 pomodori pelati
- cipolla
- sedano
- carota
- prezzemolo
- vino bianco
- brodo
- olio extravergine d'oliva
- parmigiano reggiano

Preparazione Trippa stufata

Passo 1.

Pulite la trippa, lessatela e tagliatela a strisce.

Passo 2.

Pulite le patate e tagliatele in pezzi abbastanza grossi.

Passo 3.

Preparate un soffritto con sedano, carota, cipolla, prezzemolo e pinoli tritati.

Passo 4.

Aggiungete la trippa e le patate, quindi sfumate con mezzo bicchiere di vino bianco secco.

Passo 5.

Aggiungete infine i pomodori e lasciate cuocere a fuoco basso fino a completa cottura aggiungendo se necessario qualche mestolo di brodo.

Passo 6.

A cottura ultimata condite con abbondante parmigiano grattugiato.

Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 08/01/2020
- ✓ **Calorie:** 520 a porzione
- ✓ **Rating:** 4,5 (6 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)