

ci vo' nno

nu càulu verza, lo vinu biangu,
l'aju d'uliva, j'aju, j'allòru,
lo sale e l'acqua.



ingredienti

un piede di verza, 2 bicchieri
di vino bianco, un bicchiere d'olio
extravergine d'oliva, 2-3 spicchi
d'aglio, 2 foglie d'alloro, il sale e
l'acqua.

SB - i contorni

ji cauli strascinati



Co' ji cauli strascinati ci stanno bbone le sargiee de porcu cotte alla brace.

Mitti a frie, 'endru a na cazzaròla bassa e larga, l'aju co' j'aju. Fa' repusà pé ddu'-tre minuti; a 'stu puntu ci mitti l'acqua e lo vinu; quandu che èsce a bbuli ci mitti ju càulu sciacquatu e tajatu, j'allòru e lo sale. Co' nu forchetto' de legnu ju giri in cundinuazzio' finu a quandu non è cottu.

la verza in padella

Con questo piatto, sono indicate le salsicce di maiale cotte alla brace.

In una pentola larga e bassa far soffriggere l'olio con l'aglio. Togliere dalla fiamma per alcuni minuti, ed aggiungere l'acqua e il vino; quando bolle aggiungere la verza precedentemente lavata e tagliata, l'alloro e il sale. Girare spesso con il forchettone di legno, fino a cottura ultimata.



ESTETICA - PARRUCCHIERIA

ESTETICA SPECIALIZZATA: UNGHIE, CORPO, VISO, PELI SUPERFLUI.
TECNOLOGIE EVOLUTE, GARANZIA DI RISULTATI.
PARRUCCHIERIA INNOVATIVA E DI TENDENZA

Via XX Settembre, 76 Avezzano (AQ) - infoline - tel: 0863.410454 - www.biostudio.it

CARAUTO dei F.lli Caruso s.n.c.
Vendita e Assistenza



via Pratola Superiore - Raiano (AQ) - Tel. 0864 726502 - fax 0864 726605