

Fave novelle con cicoria



- **Ingredienti:**

1,5 kg cicoria
500 g fave
50 g cipolla bianca
40 g olio extravergine di
oliva
1 spicchio di aglio
2 foglie di alloro
sale e peperoncino q.b.

- **Preparazione:**

In una pentola mettere l'olio, la cipolla tritata e l'alloro. Biondata la cipolla, aggiungere le fave e portarle a cottura aggiungendo un pizzico di sale e di peperoncino. Una volta pronte le fave, unirle alle cicorie cotte in precedenza.

- **Apporto calorico:**

Le calorie del piatto per porzione sono pari a: Kcal 222 ca.

Galleria Foto [VISUALIZZA SCHERMO PIENO](#)

(per uscire: ESC per desktop, doppio tap per mobile)

Ultima modifica: Martedì 11 Agosto 2020

Condividi

Reti Sociali

Quanto ti è stata utile questa pagina?

Nessun voto

Rate

Source URL: <https://www.isfores.it/dieta-mediterranea/ricette/fave-novelle-con-cicoria>