

Le uova con pomodoro e peperoni

La ricetta di un piatto economico e rapido da preparare, ma con un sapore che non si dimentica. Si tratta di una ricetta tipica dell'Abruzzo, ma con alcune varianti è diffusa in molte regioni dell'Italia centrale. Ed è perfetta per l'estate, quando sulla nostra tavola compaiono i bei pomodori maturi e sodi che sono una gioia per gli occhi e per il palato. Se però non avete a disposizione pomodori maturi (o nella stagione fredda, quando non si trovano), potete preparare questo piatto anche con una buona passata di pomodoro.



Ingredienti

- 6 uova
- 2 peperoni rossi
- 350 g di pomodori maturi
- 1 spicchio d'aglio
- Olio extravergine di oliva
- Sale
- Prezzemolo

Come si fa

- Prima di tutto, spellate i pomodori. Tuffateli in una pentola con acqua bollente e tirateli su dopo due minuti: così la buccia verrà via facilmente. Quindi tagliateli a pezzetti.
- Lavate il peperone, privatelo dei semi e dei filamenti interni e tagliatelo a pezzetti.
- In una padella piuttosto ampia versate 3 cucchiaini di olio evo e lo spicchio d'aglio sbucciato e schiacciato.
- Quando l'aglio comincia a soffriggere versate i peperoni e fateli rosolare a fuoco piuttosto vivace per tre o quattro minuti.
- Toglieteli e teneteli da parte. Nella stessa padella versate i pomodori, salate leggermente, quindi coprite e fate cuocere a fiamma bassa per una decina di minuti.
- Togliete il coperchio e, se è necessario, fate cuocere ancora qualche minuto in modo che la salsa si addensi. Quindi aggiungete i peperoni e rompete nella padella le uova.
- Salate, coprite di nuovo con il coperchio e fate cuocere il tutto per circa 5 minuti. Gli albumi dovranno essere rappresi, mentre il tuorlo dovrà essere cotto, ma ancora piuttosto morbido.
- Alla fine, aggiungere una cucchiainata di prezzemolo tritato.