

Finocchi alla salvia e sesamo



Ingredienti **(per 1 porzione)**

200 g di finocchi
2 foglie di salvia
un quarto di scalogno
1 cucchiaino di semi di sesamo
un pizzico di gomasio alle alghe
un cucchiaio di olio extra vergine di oliva

Procedimento

1. Mondo e lavo i finocchi, quindi li taglio a fettine non troppo sottili.
2. Verso in padella l'olio e lo scalogno tritato. Lo lascio ammorbidire per un paio di minuti aggiungendo un mestolo di acqua o di brodo vegetale.
3. Aggiungo i finocchi, insaporisco con del gomasio e lascio cuocere per almeno 20 minuti a fuoco bassissimo coprendo con un coperchio e mescolando di tanto in tanto.
4. A fine cottura, aggiungo i semi di sesamo e la salvia tritata. Mescolo bene e servo.