

Indivia brasata con pistacchi



Ingredienti (per 1 porzione)

250 g di indivia belga
una manciata di granella di pistacchi
un goccio di succo di arancia
un cucchiaino di olio extra vergine di oliva
un pizzico di gomasio alle erbe
un pizzico di pepe

Procedimento

1. Mondo e lavo l'indivia, divido ogni cespo in quattro nel senso della lunghezza. La dispongo in una pirofila da forno.
2. Condisco con succo d'arancia, gomasio, pepe e un filo d'olio. Copro la pirofila con carta da forno per evitare che si asciughi durante la cottura.
3. Inforno a 160°C per circa 30 minuti (dopo i primi 10 tolgo la carta da forno e termino la cottura).
4. Cospargo infine con la granella di pistacchi.