



Finocchi stufati alla barese - [Visualizza sul sito](#)
di cockerina

Contorni caldi - filetti di acciuga

Eliminare le foglie esterne più dure di quattro finocchi freschi.

Lavarli e tagliarli a spicchi prima in quattro e poi a fettine non troppo grandi, nel senso della lunghezza. In una pentola capiente, sciogliere 4 filetti di acciughe sott'olio in 5 cucchiaini di olio evo, senza farli bruciare.

Aggiungere i finocchi a fettine, un pizzico di sale, una buona dose di pepe nero macinato, abbassare il fuoco e cuocere lentamente.

A metà cottura aggiungere un paio di cucchiaini di acqua per non far asciugare troppo e aggiustare di sale se necessario.

Sono pronti quando sono ben teneri, all'incirca 20 minuti ma dipende anche dallo spessore delle fettine dei finocchi.

Ottimo contorno caldo per secondi piatti di carne o pesce!

