Centro Tutela Consumatori Utenti
Finanziato dal MIMIT D.D. 12 maggio 2025

info@verbraucherzentrale.it

Gulasch di verdure e salsiccia

Carne e prodotti a base di carne
Per utilizzare gli avanzi di salsiccia (ad es. dopo una grigliata)
Stufati
Ricetta basata su un'idea del Centro Tutela Consumatori Utenti

Per 4 persone:

- 1 cipolla
- ad lib. 1 spicchio d'aglio
- olio per friggere
- 1 melanzana
- 2 peperoni dolci
- 1 – 2 zucchine
- passata di pomodoro
- sale
- pepe
- origano o basilico
- 2 – 4 salsicce (cotte)
- prezzemolo fresco

Preparazione:

Sbucciate e tritate finemente la cipolla e l'aglio e rosolateli in poco olio in una pentola abbastanza capiente. Lavate, pulite e tagliate grossolanamente a dadini o a pezzetti le melanzane, i peperoni e le zucchine e unite le verdure al resto. Deglassate con la passata di pomodoro. Condite con sale, pepe ed erbe aromatiche e cuocete a fuoco lento, fino a quando le verdure non avranno la consistenza desiderata. Affettate le salsicce, aggiungetele allo stufato e riscaldatele. Lavate e tritate il prezzemolo e cospargetelo sullo stufato. Il piatto è pronto per essere servito.

Tempo di preparazione: ca. 30 minuti