Cicoria saltata

Ingredienti
(per 1 porzione)

250 g di cicoria
1 peperoncino secco Despar
1 spicchio di aglio
1 cucchiaio di olio extra vergine di oliva Bio,Logico Despar
un pizzico di gomasio alle erbe e di pepe

Procedimento
1. Mondo e lavo la cicoria, eliminando il gambo e le foglie più esterne. Sgocciolo poi bene.
2. In una padella metto l'olio, l'aglio e il peperoncino tagliato a pezzetti. Unisco la cicoria tagliata grossolanamente, insaporisco con gomasio e pepe, quindi cucino con coperchio per circa 15 minuti assieme a 3 cucchiai di acqua. Aggiungo acqua qualora dovesse asciugarsi troppo.