

Fagiolini stufati al pomodoro e basilico



Ingredienti (per 1 porzione)

150 g di fagiolini
60 g di pomodori ramati
1 cucchiaio di passata di pomodoro
un quarto di spicchio di aglio
peperoncino secco q.b.
due foglie di basilico
olio extra vergine di oliva
un pizzico di gomasio alle erbe

Procedimento

1. Elimino le due estremità dai fagiolini e risciacquo. Lavo i pomodori e li taglio a dadini.
2. In un ampio tegame verso l'olio, l'aglio sbucciato e il peperoncino ridotto a pezzetti, quindi verso i pomodori assieme alla passata di pomodoro. Insaporisco con del gomasio, aggiungo i fagiolini e un po' di acqua.
3. Cuocio con coperchio per 25 minuti a fuoco bassissimo mescolando di tanto in tanto e aggiungendo acqua qualora i fagiolini si asciugassero troppo.
4. A fine cottura aggiungo il basilico spezzettato grossolanamente.