

## Cipolline speziate e glassate al miele

**AVETE MAI ESEGUITO UNA RICETTA "AL VOLO" SEGUENDO IL VOSTRO ESTRO? QUESTA VOLTA DI UNA RICETTA AL VOLO SI TRATTA.**

Avete mai eseguito una ricetta "al volo", seguendo semplicemente il vostro estro? Spesso, credo.

Beh, questa volta proprio di una ricetta al volo si tratta.

C'era da rispettare l'appuntamento con gli oli extra vergine italiani e per l'olio in "esame" mi frullavano in testa diverse idee. Purtroppo come sovente accade dobbiamo anche fare i conti col tempo che abbiamo a disposizione, quindi scarta questo perché troppo laborioso, scarta quello perché in casa non ci sono gli ingredienti... ecco che mi scivola l'occhio su una confezione di cipolline borretane.

Devo dire che le cipolline in agrodolce sono una delle mie passioni... mi piacciono e me le divoro tutte io perché invece alla mia dolce metà non garbano affatto. Così, proprio per il fatto che non dovevo neanche stare attenta a mischiare sapori non graditi al signor Palato Difficile, ho voluto fare qualcosa di diverso ed un po' speciale ed ecco nate queste cipolline glassate e speziate, dal netto sapore mediorientale grazie all'utilizzo di alcuni ingredienti scelti in base al mio gusto personale.

A mio parere un piatto davvero buono.

Merito sicuramente anche dell'olio "Brisighella" dop, un olio extra vergine dai riflessi verdi-dorati e dal sapore fruttato e leggermente amaro-piccante. Sicuramente un grande olio che vi invito a provare di persona.

Ingredienti:

400 g di cipolline borretane

una piccola arancia non trattata

una manciata di pinoli

una manciata di uva sultanina

mezzo cucchiaino di aceto balsamico

un cucchiaino di miele (per me un ottimo miele di limone)

mezzo cucchiaino di semi di finocchio

mezzo cucchiaino di semi di cumino



6 bacche di cardamomo

6 chiodi di garofano

olio e.v.o. Brisighella dop q.b.

sale q.b.

Esecuzione:

aprite le bacche di cardamomo e ricavatene i semi poi uniteli al cumino ed ai semi di finocchio e fate tostare per pochi minuti in una padella antiaderente senza alcun condimento.

Attenzione a non bruciare le spezie; lasciate solo che sprigionino il loro aroma poi pestatele in un mortaio riducendo tutto in polvere.

Lavate l'arancia, prelevatene la scorza con un rigalimoni e tenetela da parte poi spremete il frutto e passate il succo al colino.

Sbucciate e pulite le cipolline poi fatele saltare in padella con l'olio e.v.o. (4/5 cucchiari).

Quando saranno leggermente colorite aggiungete il succo dell'arancia ed i chiodi di garofano e portate a cottura, coprendo per qualche minuto. Nel caso le cipolline si dovessero asciugare troppo prima del completamento della cottura potrete aggiungere un po' d'acqua tiepida. Regolate di sale.

Aggiungete l'aceto, lasciate evaporare e poi unite il miele rimestando per glassare bene tutte le cipolle. Unite anche i pinoli e l'uvetta e, per ultime, le spezie e la scorzetta d'arancia.

Spegnete e servite subito.

Leggi il post su [Caffè col cioccolato](#)