

Funghi alla griglia

I **funghi alla griglia** sono un contorno molto semplice da preparare, gustoso e adatto ad accompagnare non solo secondi piatti in genere, ma anche da utilizzare come condimento per un'insalata di riso, di pasta o nella farcitura di un panino.

I **funghi alla griglia** si possono preparare con tutti i tipi di funghi di medio/piccola dimensione, ottimi gli champignon che si trovano tutto l'anno e che hanno un prezzo molto abbordabile.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **70Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- ricetta **light**
- si può **preparare in anticipo**
- si può **mangiare fuori**

INGREDIENTI

- 300 g di funghi champignon di media dimensione
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- Sale
- 1 spicchio di aglio

PREPARAZIONE

- Pulire i funghi tagliando la base con le radichette e lavarli molto rapidamente sotto acqua fresca corrente.
- Tagliarli a metà per il lungo.
- Scaldare una bistecchiera con scanalature (meglio se in ghisa) sul fuoco, ungerla con un filo d'olio ed asciugarla bene con carta da cucina.
- Quando è molto calda mettervi i funghi, che sono da cuocere per circa 4-5 minuti da ogni lato.
- Quando sono cotti metterli in una ciotola e condirli con olio, sale e fettine di aglio.
- Coprirli e attendere almeno una decina di minuti prima di gustarli.

PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

Secondi piatti a base di carne o di uova.

STAGIONE

Settembre, ottobre, novembre, dicembre

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.



I consigli di Barbara

I funghi grigliati sono ottimi conditi anche con un trito molto fine di aglio e prezzemolo da aggiungere a olio e sale. Si possono conservare in frigorifero, ben coperti, per 2-3 giorni circa.