

Voglia di un contorno leggero ma gustoso? Rapido e strepitoso?

Ingredienti
5 grosse cipolle
olio
sale
pangrattato

Preparazione
Sbucciamo le nostre cipolle, tagliamole a rondelle grosse circa 1 cm e facciamole bollire in acqua salata per circa 15 minuti.
Poi scoliamole, mescoliamole con un filo d'olio d'oliva e mescoliamole con del pangrattato in modo che ogni parte sia panata.
Inforniamo a temperatura medio-alta per circa 15 minuti e finché l'aspetto non sarà dorato.
Quindi sforniamo e serviamo calde, tiepide ma anche fredde come snack (con pochissime calorie) sono eccezionali.

Ideali come contorno ma strepitose come antipasto o aperitivo.