

In questa ricetta vi spiego un metodo velocissimo per stufare le cipolle, senza dover aspettare parecchi minuti la cottura in padella, infatti le cipolle si possono stufare in 3 minuti anche al microonde, e devo dire che il sapore lo trovo anche migliore delle cipolle stufate in padella. Le cipolle stufate al microonde vanno benissimo per condire panini o per accompagnare carni ma anche pesce e verdure!

Ingredienti:

*1 cipolla di tropea (ma anche bianca)
olio d'oliva
sale*

Preparazione:

Prendete la cipolla, spellatela, e tagliatela a fette di mezzo cm. Disponetele su un piatto e aggiungete un filo d'olio d'oliva sopra, mescolando leggermente. Risistematele per bene nel piatto evitando il più possibile che si sovrappongono.

Adesso inserite il piatto nel microonde e fate cuocere per 3-4 min circa alla massima temperatura.

Potete aggiungere a cottura terminata del sale, del pepe e dell'aceto e dello zucchero, servire come si preferisce.

Si può conservare in frigorifero in un contenitore coperto per qualche giorno.

