

[Trippa in umido con patate e fagioli borlotti](#)

scritto da Paola Alemanno | 02/11/2019



Un primo sano, nutriente e con poche calorie. La frattaglia ottenuta dallo stomaco dei bovini è consumata fin dall'antichità e ne proponiamo la ricetta tipica del basso Piemonte.

Trippa alla romana, alla [trippa alla piacentina](#), alla [trippa alla genovese](#), alla [büseca o trippa alla lodigiana](#) e così via: ogni regione d'Italia ha la sua ricetta tipica a base di questa **frattaglia ottenuta dallo stomaco dei bovini** o, più raramente, dei maiali. Contrariamente a quanto si pensi, è un **primo piatto molto sano**, nutriente e con poche calorie.

Le varietà di [trippa](#) che si trovano in commercio presso le macellerie sono già pulite e preparate all'utilizzo in gastronomia; hanno un prezzo economico e necessitano di una cottura abbastanza lunga, per far sì che diventino tenere.

Origini della trippa e utilizzi in cucina

La trippa veniva consumata già ai tempi dei Greci e dei Romani; mentre i primi la cucinavano sulla griglia, i secondi la usavano per creare una specie di salsiccia. Ancora oggi è un alimento tradizionale di molte regioni italiane e presente anche nelle cucine del resto del mondo,

generalmente cotta in umido insieme a verdure di stagione oppure bollita, compressa e resa un insaccato.

La ricetta del basso Piemonte

La **Trippa in umido con patate e fagioli borlotti** che proponiamo è quella che si prepara nel basso Piemonte: qui la trippa non conosce stagione e, nonostante sia un primo piatto caldo e sostanzioso, di può trovare sui banchetti delle sagre anche in piena estate. Va servita caldissima, con del pane di accompagnamento, da intingere nel suo stesso sugo.