



Trippa in umido con patate e fagioli borlotti

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 in umido con patate e fagioli borlotti (Foto © Paola Alemanno).

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.



La ricetta può essere preparata anche con fagioli bianchi di Spagna (Foto © Paola Alemanno).

Data di creazione

02/11/2019

Autore

paola-alemanno