

Specie consigliate per abbinamenti con le uova e in fritti e frittate

Preparazione	Specie
Abbinamento con uova (in padella, lessate, ecc.)	<i>Barba di capra, asparagi selvatici, aglio ursino, luppolo, valerianella, raperonzoli, senapi, crescione, agli selvatici, ortiche, lampascioni, spighe di grano, pungitopo, ruscoli</i>
Frittate di uova in genere	<i>Agli selvatici, levistico, macerone, bardana, asparagi selvatici, aglio ursino, erba cipollina, asfodeli, bietole selvatiche, salsola, borragine, cardi, vitalba, finocchio marino, finocchio selvatico, ruchetta, rucola, farinello, buon Enrico, aneto, fichi, topinambur, luppolo, cicerchia selvatica, billeri primaticcio, albero di Giuda, lampascioni, malva, spighe di grano, rosolaccio, porcellana, robinia, rovi, acetosa, pungitopo, ruscoli, salicornia, silene, salsapariglia, stellaria, barba di becco, ortiche, beccabunga, bistorta, veronica acquatica, aromatiche compatibili con la frittura</i>
Fritti in pastelle (salate, dolci, rivestite, ecc.)	<i>Agli selvatici, asparagi selvatici, lampascioni, bardana, bietole selvatiche, borragine, cardi, albero di Giuda, vitalba, finocchio selvatico, porcellana, primula, parietaria, barba di becco, robinia, rovi, sambuco, aromatiche compatibili con la frittura</i>