

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa di fagioli semplice

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Campania](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [120 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

NOTE: *6-12 ORE DI AMMOLLO DEI FAGIOLI*



I fagioli sono il simbolo del "mangiar povero" italiano, sono diffusi nelle cucine tradizionali lungo tutto lo stivale e rappresentano il sostentamento principale dei nostri nonni.

La cosa particolare è che in ogni regione c'è una leggera variante, un modo diverso di prepararli e di gustarli.

La zuppa di fagioli semplice, è forse il minimo denominator comune di tutte le varianti e di tutte le ricette esistenti nel vasto panorama gastronomico italiano: semplicemente fagioli con la loro acqua di

cottura, olio, pane raffermo e un po' di sale e pepe.

INGREDIENTI

FAGIOLI CANNELLINI 500 gr

PANE RAFFERMO 500 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Mettete i fagioli in ammollo almeno 6-7 ore prima di cucinarli. Potete prostrarre il tempo di ammollo fino a 12 ore.



- 2 Una volta ben ammollati, scolateli e trasferiteli in una pentola di coccio, copriteli d'acqua e metteteli sul fuoco. Fate cuocere a fuoco moderato per circa 2 ore, dovranno appena sobbollire e a pentola coperta.



3 Una volta cotti, dovrete solo aggiungere il sale. Preparate il pane raffermo che dovrete

tagliare a pezzetti e sistemare sul fondo delle cocottine che userete per servire la zuppa.



- 4 Versate sopra i fagioli con un po' della loro acqua di cottura, irrorate con olio extravergine d'oliva, pepe e ancora un pizzico di sale.

La zuppa è pronta per essere servita in tavola.



