

ZUPPE E MINESTRE

Caciucco vegetale

di: vera55

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 40 min COTTURA: 150 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE: + 6 ORE DI AMMOLLO



INGREDIENTI

- 1 pagnotta toscana
- 100 g lenticchie secche
- 50 g fagioli con l'occhio secchi
- 50 g fagioli borlotti secchi
- 50 g fagioli cannellini secchi
- 50 g fagioli messicani
- 50 g ceci secchi
- lardo di colonnata
- 1 spicchio aglio
- 30 g cicoria selvatica o punte d'ortica
- 1 cipolla
- 1 carota
- 1 gambo sedano
- brodo di carne
- rosmarino
- maggiorana
- olio extravergine d'oliva toscano
- sale

PREPARAZIONE

- 1 Mettete a bagno separatamente per almeno 6 ore i fagioli cannellini, borlotti, con l'occhio e neri messicani quindi i ceci e le lenticchie.



- 2 Trascorso il tempo indicato, lavateli e scolateli.

Scaldate leggermente 2 cucchiari di olio di oliva extravergine in una casseruola, unite il lardo con qualche ago di rosmarino e l'aglio fino a renderlo croccante.



3 Togliete il lardo e il rosmarino, fate soffriggere cipolla, sedano e carota tritati.



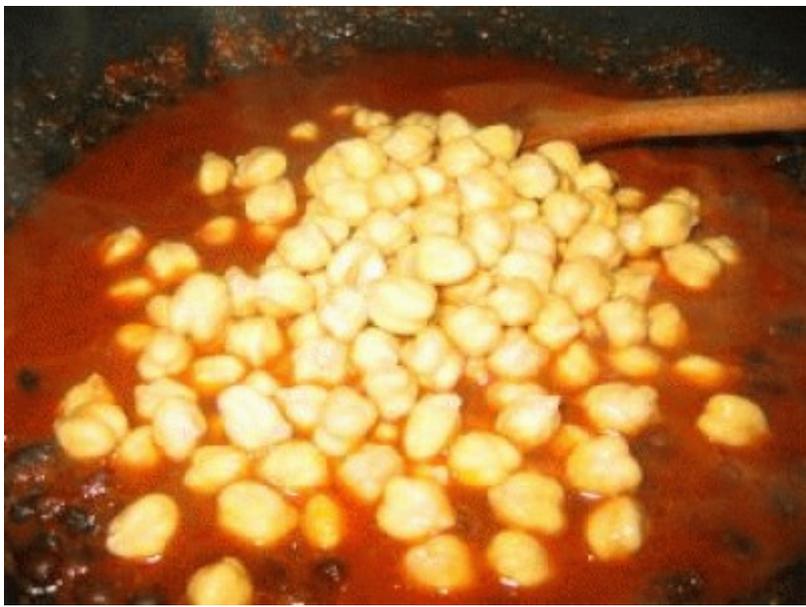
4 Passate il soffritto al passaverdure, rimetterle sul fuoco e aggiungere i pomodori pelati.



5 Versatevi i legumi un po' per volta, secondo il tipo di cottura che ogni qualità richiede. quindi prima i messicani.



6 Poi i ceci.



7 I borlotti.



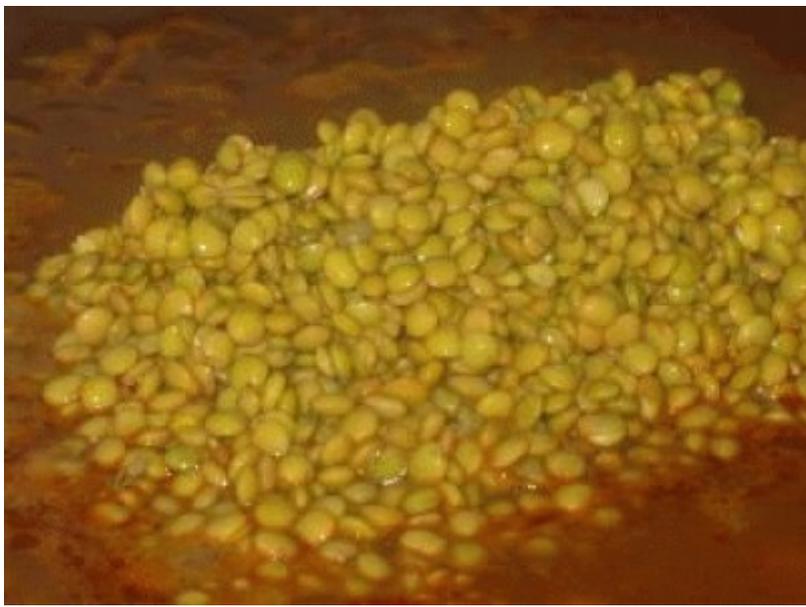
8 Gli occhialuti.



9 I cannellini.



10 Le lenticchie.



11 A metà cottura aggiungete un pugno di cicoria selvatica o punte di ortica e fate bollire lentamente per 1 ora e 30 minuti circa.



12 Allungate di tanto in tanto con brodo di carne, aromatizzate con un pizzico di maggiorana.

Tenete sul fuoco per altri 30 minuti.



13 Aggiustate di sale, verificate la cottura e versate in una zuppiera dove avrete disposto fette di pane raffermo toscano abbrustolite e strofinate con uno spicchio d'aglio.



14 Alternate gli strati di pane a quelli del caciucco.



15 Guarnite con il lardo di Colonnata e condite con olio crudo e peperoncino.

