

ZUPPE E MINESTRE

# Lenticchie con cavatelli

---

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: bassa    COSTO: basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile

---



## PER LA ZUPPA

500 g di lenticchie  
10 carotine  
1 costa di sedano  
2 pomodori  
qualche rametto di broccolo verde  
acqua  
olio extravergine d'oliva  
pepe  
sale.

## PER I CAVATELLI

500 g di farina  
sale  
acqua.

# PREPARAZIONE





- 2 Tagliare le carotine a dadini, il sedano, il pomodoro, salare e pepare, mettere in una pentola, poi aggiungere le lenticchie, un po' d'olio, dell'acqua e mettere a cuocere. A metà cottura aggiungere i broccoli verdi e portare a fine cottura.



- 3 Quando la zuppa sarà cotta schiacciare un po' con una forchetta le lenticchie e le altre verdure.

Nel frattempo preparare i cavatelli.



- 4 Su di una spianatoia formare la fontana di farina, nel centro mettere un po' di sale, dell'acqua e impastare.



- 5 Lavorare con cura l'impasto e se occorresse aggiungere ancora acqua o farina, l'impasto deve risultare elastico e consistente.



6 Formare una palla e lasciarla riposare.



7 Formare i cavatelli lavorando la pasta sulla spianatoia e arrotolandoli uno ad uno intorno ad un dito. Infarinare bene.



8 Metterli ad asciugare per almeno 30 minuti.



- 9 Portare le lenticchie ad ebollizione e tuffarci i cavatelli, farli bollire da 3 a 5 minuti, facendo ben attenzione che non si scuociano.



Dosi per 8 -10 persone.

NOTE