

ZUPPE E MINESTRE

Minestra di ceci e castagne

LUOGO: Europa / Italia / Toscana

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



INGREDIENTI

CECI 300 gr

CASTAGNE secche o fresche - 300 gr

SPICCHIO DI AGLIO 2

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiaini da tavola

ROSMARINO 1 rametto

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1 Mettete a bagno i ceci la sera precedente in acqua e sale e cuoceteli, quindi, il mattino seguente in una pentola possibilmente di coccio, a fuoco lento.

Contemporaneamente in un'altra pentola mettete a lessare le castagne con la loro buccia, quindi quando saranno cotte privatele sia della buccia dura esterna che della pellicina interna. Qualora usiate quelle secche, fatele ugualmente lessare come per le fresche.



- 2 Nel frattempo preparate un soffritto in un tegame con dell'olio extravergine d'oliva, due spicchi di aglio ed il rosmarino.

Quando il soffritto sarà ben rosolato, unitelo alla pentola con i ceci.



- 3 Unite, quindi, alla preparazione, le castagne precedentemente lessate.



4 Schiacciate due o tre cucchiaini di ceci ed utilizzateli per addensare il brodo.

Lasciate insaporire il tutto per due o tre minuti, quindi servite.