

ZUPPE E MINESTRE

## Pasta e lenticchie

---

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [10 min](#)    COTTURA: [40 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)

---



**Pasta e lenticchie**, un vero comfort food... e se poi le lenticchie sono quelle di Onano, la coccola è garantita. La preparazione di questo piatto è, inoltre, semplice e tutto sommato veloce: le lenticchie di Onano, dopo qualche ora di ammollo, hanno dei tempi di cottura molto veloci per essere un legume. Dopo una giornata invernale, di lavoro intenso, vi assicuriamo non c'è niente di meglio e di più sano di un bel piatto di questa pasta e lenticchie.

Provate anche queste ricette con le lenticchie:

[pasta e lenticchie al pomodoro](#)

[puré di lenticchie](#)

[zuppa di lenticchie Laadass](#)

### INGREDIENTI

DITALINI rigati - 160 gr

LENTICCHIE di Onano - 500 gr

PANCETTA (TESA) 80 gr

SEDANO costa - 1

CIPOLLE 1

CAROTE 1

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE

facoltativo - 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiari da tavola

SALE

PEPE NERO

# PREPARAZIONE

- 1 Mettete in ammollo per qualche ora le lenticchie di Onano in una ciotola colma d'acqua.

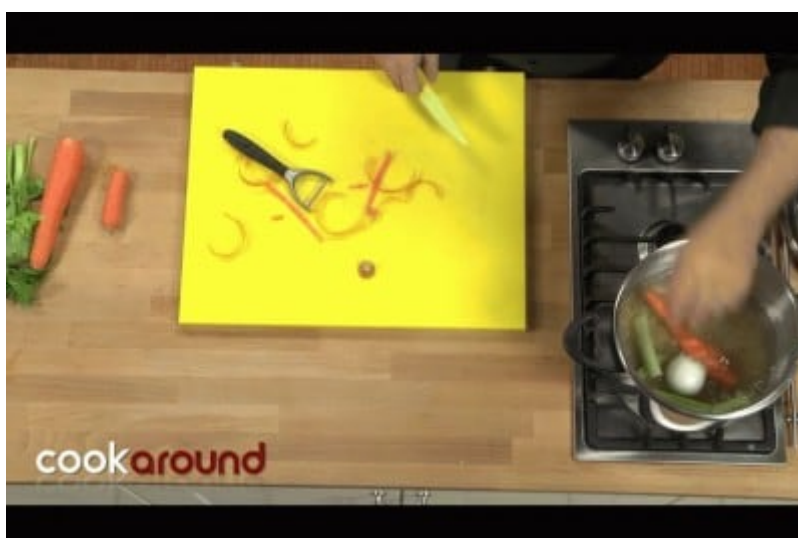


- 2 Una volta ammolate, scolatele e trasferitele direttamente nella casseruola o nella pentola a pressione (se avete poco tempo) per la cottura.



- 3** Aggiungete alla casseruola l'acqua necessaria per la cottura, considerate tre volte il volume del legume se utilizzate la pentola a pressione.

Unite tutti gli odori: sedano, carota e cipolla e mettete la pentola sul fuoco e lasciate cuocere le lenticchie per 20 minuti se nella pentola a pressione, il doppio del tempo se nella casseruola, in questo secondo caso potrete verificare il grado di cottura.





- 4 Al termine della cottura, se usate la pentola a pressione, fate fuoriuscire tutto il vapore alzando la valvola, aprite la pentola e lasciate le lenticchie da parte.



- 5 A questo punto mettete una pentola, preferibilmente in rame, sul fuoco, versatevi un generoso giro d'olio extravergine d'oliva e fate prendere calore.



- 6 Nel frattempo tagliate a dadini la pancetta che aggiungerete alla pentola per farla rosolare.



- 7 Quando il grasso della pancetta sarà diventato trasparente, aggiungete le lenticchie cercando di lasciare il brodo di cottura nella pentola; lasciate insaporire per qualche minuto.





- 8 A questo punto aggiungete alla pentola anche qualche mestolo di brodo di cottura delle lenticchie e continuate la cottura per qualche altro minuto.



- 9 Nel frattempo mettete sul fuoco un pentolino d'acqua che servirà successivamente per la cottura della pasta.

Se piace, aggiungete alla pentola con la minestra anche un peperoncino spezzettato.



- 10 Una volta ben calda, aggiungete l'acqua fatta scaldare a parte alla minestra, in questo modo la pasta avrà tutto il liquido necessario affinché possa cuocersi.



- 11 Non appena la minestra avrà ripreso bollore dopo l'aggiunta dell'acqua, versatevi i ditalini rigati che farete cuocere per 7 minuti anziché i 9 minuti previsti per il termine della cottura.



**12** Trascorso questo tempo di cottura, spegnete il fuoco e lasciate riposare la pasta e lenticchie per 10 - 15 minuti a pentola semi coperta.

Servite la pasta e lenticchie ben calda con un giro d'olio extravergine d'oliva e del pepe se piace.





