

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa di ceci

di: *Cinzia*

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

CECI secchi - 150 gr
CIPOLLE 1
SPICCHIO DI AGLIO 1
COSTE DI SEDANO 1
POMODORI 2
CAROTE 1
SALVIA 1 ciuffo
ROSMARINO 1 rametto
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola
SALE

PREPARAZIONE

- 1 Mettere i ceci in acqua e lasciare in ammollo per una notte, scolarli, cuocerli in acqua per circa 3 ore.

2 Preparare un trito con la cipolla, il sedano, la carota, la salvia, lo spicchio di aglio, il rosmarino, mettere in una padella con un pochino di olio e fare soffriggere, quando prende colore aggiungere i pomodori schiacciati (precedentemente sbollentati e privati della buccia e dei semini), quando prende colore aggiungere ai ceci e lasciare cuocere ancora 30 minuti.