

ANTIPASTI E SNACK

# Crema di friarielli con lenticchie

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *15 min*    COTTURA: *10 min*    COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



Crema di friarielli con lenticchie, un piatto rustico dal nome ma elegante nella presentazione.

Con degli ottimi ingredienti ma dal carattere rustico come i friarielli e le lenticchie, appartenenti alla cucina povera del nostro bel Paese, Luca propone un impiattamento e una realizzazione un po' più particolare, se vogliamo un po' più elegante ...ovviamente sempre con un occhio attento al gusto!

## INGREDIENTI

FRIARIELLI 2 mazzi

LENTICCHIE già cotte - 400 gr

POMODORI CILIEGINI 200 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALSICCIA piccante - 50 gr

SPICCHIO DI AGLIO 1

SALE

PEPE NERO

## PREPARAZIONE

- 1 Lavate i pomodori ciliegini e incidete una croce sul fondo. Tuffateli, successivamente in una pentola colma d'acqua bollente e fateli scottare per circa un minuto.

A questo punto passateli in acqua ghiacciata: lo shock termico vi agevolerà nel pelarli. Mettete da parte le bucce.





- 2 Foderate una teglietta con un foglio di carta forno e ungetelo con poco olio extravergine d'oliva. Disponetevi le bucce con la parte lucida a contatto con la carta forno e spennellatele nuovamente con poco olio extravergine.

Infornate a 100-120°C e lasciatele seccare per circa 40-45 minuti.





**3** Mettete sul fuoco una pentola colma d'acqua, portatela a bollire e salatela. Tuffate i friarielli già mondati e lavati e lasciateli cuocere per 2-3 minuti.

Scolateli e tuffateli, successivamente in una ciotola con acqua e ghiaccio per fissare il colore.

Una volta freddi, scolateli nuovamente e strizzateli bene dall'acqua in eccesso.





4 Fate scaldare un bel giro d'olio extravergine d'oliva in una padella insieme ad uno spicchio

d'aglio sbucciato ma lasciato intero.

Quando l'olio inizierà a sfrigolare, aggiungete i friarielli tagliati grossolanamente e fateli saltare per 2-3 minuti a fuoco vivace.





**5** A questo punto, trasferiteli in un bicchiere, aggiungete poca acqua di cottura, un pizzico di sale e frullate fino ad ottenere una crema morbida e liscia.

Se serve per rendere la crema più morbida, aggiungete un filo d'olio extravergine.





**6** Tagliate a pezzetti i pomodorini ciliegini pelati rimuovendo semi e acqua di vegetazione e metteteli da parte.







**7** Prendete un pezzo di salsiccia piccante e tagliatela a dadini. Scaldate un bel giro d'olio extravergine in una padella e fatevi rosolare la salsiccia per qualche istante.

Aggiungete, quindi, anche le lenticchie, regolate di sale e lasciate stufare per un paio di minuti.





- 8 Togliete le sfogliette di buccia di pomodoro dal forno, salatele leggermente e preparatevi per l'impiattamento.



- 9 Ponete un coppapasta tondo nel centro del piatto e riempitelo con le lenticchie ripassate con la salsiccia. Versate tutt'intorno al coppapasta la crema di friarielli.

Decorate, infine, il tutto con pezzetti di pomodorino e sfogliette di buccia.



**10** Rimuovete il coppa pasta, ultimate con una macinata di pepe ed un giro d'olio extravergine d'oliva.

Il piatto è pronto per essere servito.

