

SECONDI PIATTI

Fagioli alla Bud Spencer

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 30 min COSTO:
molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



Se ti ricordi dei **fagioli alla Bud Spencer** vuol dire che hai vissuto nei mitici anni '70/80.

Se hai sentito parlare dei **fagioli alla Bud Spencer**, vuol dire che uno dei tuoi genitori, o entrambi, hanno vissuto nei mitici anni 70/80 oppure che sei un amante del buon cinema italiano e che la serie di Film Lo chiamavano Trinità te la sei vista tutta, varie volte.

In entrambi i casi oggi cuciniamo insieme la ricetta che **Trinità e Bambino** divoravano con tanto di godimento sonoro: Quella meravigliosa e cremosa ciotola di fagioli con pezzettoni di salsiccia rosolata che potevi immaginarti il sapore solo guardando lo schermo della TV e che finiva con una bella passata

di pane sul fondo della ciotola.

Come vedrai, per questa ricetta, abbiamo usato dei veloci fagioli in scatola, ma nulla toglie che puoi usare dei fagioli borlotti freschi. In fondo alla ricetta trovi in consiglio per la cottura dei fagioli che va fatta prima di cucinare i fagioli alla Bud Spencer.

INGREDIENTI

FAGIOLI BORLOTTI Precotti al vapore -
500 gr

SALSICCIA DI MAIALE 300 gr

POLPA DI POMODORO 300 gr

CIPOLLE BIANCHE 50 gr

VINO BIANCO SECCO 60 ml

PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1

SPICCHIO DI AGLIO 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Taglia grossolanamente aglio e trita a parte anche il peperoncino rosso.

Separa le salsicce l'una dall'altra e tagliale a tocchetti di circa due cm l'uno.





2 Prendi una padella antiaderente abbastanza capiente da contenere tutti gli ingredienti previsti dalla ricetta e mettila sul fornello.

Metti l'olio, accendi il fuoco vivace sotto la padella e aggiungi la cipolla. Lascia imbiondire la cipolla un paio di minuti, se si secca troppo aggiungi poca acqua calda.

Unisci lo spicchio di aglio precedentemente sbucciato e mescola con un cucchiaino di legno per un altro minuto.





3 A questo punto puoi aggiungere i tocchetti di salsiccia al soffritto nella padella. Fai insaporire mescolando con il cucchiaio di legno fino a che tutta la salsiccia non cambia colore e poi toglilo lo spicchio di aglio.

Aggiungi il vino previsto e lascia sfumare.





4 Scola i fagioli cotti al vapore dal loro liquido di conservazione e versali sulle salsicce.

Unisci anche la polpa di pomodoro, il peperoncino, un po' di sale fino e un po' di pepe nero macinato.







5 Mescola con un cucchiaio di legno per amalgamare tutti gli ingredienti e copri la padella con il suo coperchio.

Cuoci per circa 20 minuti, se occorre apri il coperchio di tanto in tanto e mescola brevemente.

Dividi i fagioli alla Bud Spencer in 4 ciotole o piatti fondi.





6 I fagioli alla Bud Spencer si possono mangiare direttamente nella ciotola raccogliendoli con del pane casereccio.



COTTURA DEI FAGIOLI

Se hai la fortuna di trovare dei fagioli appena raccolti e ancora nel baccello, inizi sgranandoli, l'operazione è abbastanza noiosa, ma magari lo puoi fare anche mentre ti guardi Lo chiamavano Trinità in tv, che ne pensi?

Tieni conto che per ottenere i 500 g. di Fagioli previsti dalla nostra ricetta dovrai sgranare circa 1,4 kg di baccelli.

Una volta sgranati i fagioli scarta quelli troppo piccoli o con colore grigiastro.

Metti i fagioli sgranati in almeno 3 litri di acqua dolce e porta a bollore. Cuoci a tegame scoperto perchè i fagioli tendono a fare schiuma mentre cuociono.

Dopo 25 minuti, ovvero circa a metà cottura, aggiungi una presa di sale marino integrale. Finisci di cuocere per altre 25/30 minuti e scola.

Adesso i fagioli sono pronti per essere usati.

Se hai dei fagioli secchi il procedimento di cottura è lo stesso che ti ho scritto qui sopra, ma i fagioli dovranno essere tenuti a bagno in acqua pulita (quindi va cambiata almeno una volta) per circa 12/16 ore.