

PRIMI PIATTI

# Maltagliati ceci e cavolo nero

di: *Cookaround*

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [15 min](#)    COTTURA: [35 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [media](#)



Maltagliati ceci e cavolo nero, un connubio dalle atmosfere toscane: cavolo nero, ingrediente per eccellenza di molti piatti tipici toscani e i ceci, legumi sempre presenti sulle tavole toscane insieme ai fagioli.

Se non avete mai provato questo tipo di abbinamento, noi ve lo consigliamo...si tratta di un piatto rustico che potrete tranquillamente presentare in tavola anche nelle occasioni di convivialità familiare.

## INGREDIENTI

MALTAGLIATI 300 gr  
CECI già cotti - 250 gr  
SPICCHIO DI AGLIO 1  
CAVOLO NERO 2  
PEPERONCINO ROSSO PICCANTE 1  
ROSMARINO 1 rametto  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4  
cucchiari da tavola  
SALE

# PREPARAZIONE

- 1 Pulite il cavolo nero rimuovendo la parte finale del gambo. Portate a bollore una pentola colma d'acqua, salatela e tuffatevi le foglie di cavolo che dovranno cuocersi per circa 15 minuti.

Una volta cotto, trasferite il cavolo in acqua ghiacciata in modo tale che si fissi il colore verde scuro e in modo che si raffreddi leggermente.





**2** Una volta intiepiditi, strizzateli molto bene e tritateli grossolanamente al coltello.





- 3** Scaldate in padella un generoso giro d'olio extravergine d'oliva e fatevi soffriggere uno spicchio d'aglio in camicia. Unite anche il cavolo nero e fatelo saltare insaporendolo con del sale.





- 4 Togliete lo spicchio d'aglio e unite i ceci già cotti ed un peperoncino tritato. Lasciate insaporire per qualche minuto.





- 5** Portate a bollire una pentola d'acqua, aggiungete il sale e tuffatevi i maltagliati che lesserete al dente.





- 6 Aggiungete un mestolo d'acqua della pasta per legare meglio il condimento a base di cavolo nero e ceci.

Scolate la pasta e trasferitela in padella per saltarla insieme al condimento.



- 7 Aggiungete del parmigiano grattugiato e mantecate bene. Servite i maltagliati ben caldi aggiungendo, a piacere, un giro d'olio extravergine d'oliva a crudo nel piatto.



CONSIGLIO