

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Ceci acciughe e formaggio

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

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [100 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)



INGREDIENTI

CECI (secchi) - 200 gr
FORMAGGIO stagionato da tavola - 240 gr
ACCIUGHE SOTTO SALE (filetti) - 2
SPICCHIO DI AGLIO 1
PREZZEMOLO
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
SALE

I **ceci acciughe e formaggio** sono un accompagnamento estremamente saporito, che uniforma dei sapori molto sapidi e ricchi. Un contorno povero ma di grande effetto! Si può consumare sia d'inverno ma anche d'estate come piatto unico, perché è decisamente calorico e sostanzioso e può essere una gustosa idea da portare in ufficio al posto della solita insalata. Provate questa ricetta semplice e veloce e se vi piacciono i legumi, provate a realizzare anche la ricetta degli [gnocchetti sardi con fagioli](#) e gamberi, un piatto eccezionale che non lascia di certo indifferenti!

PREPARAZIONE

- 1 Quando volete realizzare la ricetta dei ceci acciughe e formaggio mettete i ceci in ammollo per 12 ore in acqua. Scolateli e lessateli in una casseruola con l'acqua fredda, per 1 ora e mezza. Salate i ceci solo al termine della cottura. In una padella soffriggere l'aglio e il prezzemolo tritato.



- 2 Aggiungete i filetti d'acciuga, dissalati e spinati, lasciate soffriggere fino a sciogliere l'acciuga.



- 3 A parte tagliate a cubetti il formaggio. Servite i ceci nappati con la salsa con l'acciuga,

accompagnata dal formaggio a cubetti.

CONSIGLIO

Potrei utilizzare i ceci in barattolo?

Certo, se non hai tempo, andranno benissimo anche quelli!

Quanto tempo prima posso preparare questa ricetta?

Puoi prepararla anche alcune ore prima, in modo che prenda maggior sapore!