

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

Ceci acciughe e formaggio

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **10 min** COTTURA: **100 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



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!

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

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