

CONTORNI E ACCOMPAGNAMENTI

# Ceci con carote e uvetta

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *bassa*    PREPARAZIONE: *15 min*    COTTURA: *80 min*    COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



## INGREDIENTI

CECI secchi - 200 gr

UVETTA 20 gr

CANNELLA 1 cucchiaino da tè

CIPOLLE ½

CAROTE medie - 2

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

SALE

## PREPARAZIONE

- 1 Ricordatevi di mettere i ceci in ammollo almeno 12 ore prima di iniziare la preparazione di questo piatto.

Scolate i ceci e lessateli in una casseruola con acqua fredda per 1 ora e mezza, salateli solo a fine cottura.

In una padella rosolate nell'olio la cipolla affettata, aggiungete le carote pelate e tagliate a rondelle.



- 2 Unite un mestolo di acqua di cottura dei ceci e lasciate cuocere per 10 minuti a fiamma dolce.



- 3 Aggiungete i ceci e l'uvetta tenuta in ammollo per 15 minuti in acqua fredda e il cucchiaino di cannella.



4 Lasciate insaporire per 5 minuti e servite.