

ZUPPE E MINESTRE

# Cereali misti lessati

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia / Molise*

DOSI PER: *4 persone*    DIFFICOLTÀ: *molto bassa*    COSTO: *basso*    REPERIBILITÀ ALIMENTI: *molto facile*



## INGREDIENTI

Grano  
granturco  
fagioli  
lenticchie  
cicerchie e ceci  
sale e olio.

## PREPARAZIONE

- 1 Mettere a bagno gli ingredienti per 24 ore (il grano per 48 ore); lessare e condire con olio e sale.

## NOTE