

SECONDI PIATTI

Cotiche e fagioli

di: *Cookaround*

LUOGO: *Europa / Italia / Molise*

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



INGREDIENTI

600 g di fagioli cannellini

300 g di cotiche

50 g di pancetta

prezzemolo

aglio

cipolla

300 g di pomodori pelati.

PREPARAZIONE

1 Un altro monumento della cucina povera, un piatto diffuso in tutta la provincia. Un riuscito matrimonio tra la carne di maiale, che ha sfamato generazioni e generazioni di piccoli contadini, ed i fagioli.

Mantenere a bagno per circa 10 ore 600 g di fagioli cannellini (o di altra varietà). Scolarli e versarli in un tegame capiente possibilmente di coccio. Ricoprire con acqua tiepida e cuocere per circa due ore a fuoco lento salandoli a piacere a circa 20 minuti dal termine

della cottura.

In una casseruola far cuocere nella giusta quantità di acqua salata e per circa 20 minuti 300 g di cotiche ben pulite.

Scolarle e tagliarle a listarelle, quindi rimetterle nel tegame con acqua fredda e fate cuocere per circa 1 ora e mezza.

In un altro tegame preparate una salsetta con una manciata di prezzemolo e aglio, una cipolla di media grandezza tagliata finemente, la pancetta tagliata a dadini e un cucchiaio di sugna o olio.

Fare rosolare per prima la cipolla, aggiungere 300 g di pomodori pelati e due mestoli di brodo di carne. Salare e pepare a piacere.

Quando la salsetta sarà cotta versate il tutto insieme ai fagioli nel tegame di coccio e fate ulteriormente cuocere per altri 15 minuti.