

SECONDI PIATTI

Lenticchie e cotechino

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 45 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE:

LA COTTURA DEL COTECHINO VARIA IN BASE A QUELLO CHE È RIPORTATO NELLA CONFEZIONE



Tradizione vuole che la notte di capodanno, o il primo giorno dell'anno, mangiare un piatto di **lenticchie e cotechino** sia di buon auspicio per l'anno nuovo.

Le lenticchie simboleggiano i soldi, una superstizione obbliga, chi ci crede, a mangiarle tutte senza lasciarne nemmeno una nel piatto perché, tutte le lenticchie rimaste, simboleggiano perdite di denaro! Quindi bisogna decidere se stare modesti e prenderne poche per mangiarle tutte o esagerare per richiamare a se tanti soldi e rischiare di non poterle finire... a te la scelta!

E il cotechino cosa simboleggia? Sembra che essendo un piatto molto grasso il cotechino sia accostato alle lenticchie porta denaro a rappresentare in modo più incisivo l'abbondanza e l'opulenza, in sostanza, visto che chiediamo, abbondiamo!

La **ricetta** che ti raccontiamo oggi è molto semplice e se hai ricevuto un cesto natalizio sicuramente vi avrai trovato all'interno anche il cotechino e, perchè no, un bel sacchettino di lenticchie, quindi perchè non provare a cucinarli secondo tradizione?

INGREDIENTI

COTECHINO 1 cotechino confezionato -

500 gr

LENTICCHIE 300 gr

PASSATA DI POMODORO 200 ml

COSTA DI SEDANO 3

CAROTA 1

CIPOLLA piccola - 1

SALE FINO

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

PREPARAZIONE DELLE LENTICCHIE

Prima di iniziare versa le lenticchie in una ciotola piena di acqua e aspetta qualche minuto, quelle che vengono a galla buttale via e scola le altre.

Riempi di acqua naturale un tegame dai bordi alti e porta a bollore, non appena vedrai le prime bolle increspare l'acqua, aggiungi le lenticchie e cuoci per 10 minuti circa.

Trascorso il tempo previsto scolale dall'acqua di cottura.



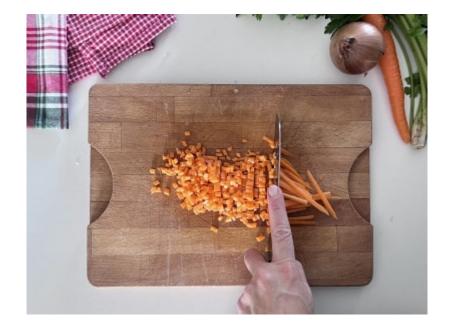


Mentre aspetti che le lenticchie si cuociano puoi preparare il soffritto, così ottimiziamo i tempi: lava e trita finemente il sedano, pela e trita la carota, sbuccia e trita la cipolla.









In una padella capiente e antiaderente metti l'olio e inizia a scaldare, aggiungi le verdure tritate e fai soffriggere leggermente per un paio di minuti stando attento a non far bruciare niente, altrimenti poi il sentore di bruciato te lo porti fino in tavola.









Aggiungi la passata di pomodoro e poi tanta acqua naturale quanto basta per coprire tutte le lenticchie.









Fai cuocere a fiamma dolce per almeno un'ora, facendo attenzione alla cottura, se dovesse asciugarsi troppo aggiungi acqua calda. Quando le lenticchie sono cotte spegni il fuoco e aggiungi il sale.





6 Cuoci il cotechino, nella sua confezione sotovuoto, in una pentola piena d'acqua bollente seguendo i tempi indicati sulla confezione.





Quando è cotto, taglia la parte superiore della confezione e fai fuoriuscire il liquido. Posa il cotechino su un tagliere e taglialo a fette e aggiungile alle lenticchie che avrai precedentemente sistemato su un piatto da portata. Finisci con un giro di olio e servi in tavola!

