

ZUPPE E MINESTRE

Vellutata di ceci con cipolle e pane tostato

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) COSTO: [molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI:

[molto facile](#)



Oggi cuciniamo insieme una golosa [zuppa](#) invernale che, siamo sicuri, ti piacerà tantissimo, tanto da diventare il tuo piatto preferito: la **vellutata di ceci con cipolle e pane tostato**. La nostra versione prevede di usare **ceci secchi** da tenere a bagno per una notte, ma se vuoi usare quelli già pronti va benissimo, raddoppia il peso di quelli secchi e scegli il prodotto conservato in barattolo di vetro.

Cucina la **vellutata di ceci con cipolla e pane tostato** seguendo **la nostra ricetta** per gustare un **primo piatto sempre gradito**, se ami le ricette di zuppe e minestre, ecco altre ricette che potrebbero piacerti:

[Vellutata di cavolfiore](#)

[Zuppa di legumi](#)

[Zuppa di ceci](#)

[Pasta e fagioli](#)

[Stracciatella alla romana](#)

INGREDIENTI

BRODO VEGETALE 600 ml

PATATE 100 gr

CECI SECCHI 280 gr

PANE BIANCO IN CASSETTA 2 fette

SPICCHIO DI AGLIO 1

RAMETTO DI ROSMARINO 1

SALE

PEPE

BURRO

INGREDIENTI PER LE CIPOLLE

PASTELLATE

CIPOLLE 200 gr

FARINA DI RISO

OLIO DI SEMI DI ARACHIDE

PREPARAZIONE

- 1** Se vuoi usare i ceci secchi per cucinare la vellutata di ceci con cipolle e pane tostato, devi ricordarti di metterli a bagno almeno 12 ore prima. Trascorso il tempo di ammollo, scolali dall'acqua e mettili in una pentola con acqua pulita che li ricopra abbondantemente, insieme a aglio e rosmarini, cuoci a fuoco lento per almeno un'ora.
- 2** Lessa le patate in acqua bollente, quindi togli la buccia e mettile da parte. Prepara anche una pentola piena di brodo vegetale.

3 Versa un filo d'olio extravergine d'oliva all'interno di una casseruola, profuma l'olio con uno spicchio d'aglio diviso a metà al quale avrai eliminato l'anima interna. Lascia insaporire l'olio per qualche minuto a fuoco basso, quindi unisci i ceci lessati e circa 400 ml di brodo vegetale caldo, aromatizza con il rametto di rosmarino, insaporisci con un pizzico di sale e pepe e, cuoci per circa 10 minuti.

4 A questo punto taglia la cipolla a fette di circa 1 cm e separa con cura i vari anelli, tienili momentaneamente da parte.

Prepara la pastella: raccogli in un recipiente la farina di riso, versa nel recipiente l'acqua gassata fredda e, mescola bene il tutto. In una padella metti l'olio di semi e portalo alla temperatura di 180°C . Appena l'olio avrà raggiunto la temperatura indicata, prendi gli anelli di cipolla, passali nella pastella e friggili, pochi per volta, nell'olio bollente. Quando gli anelli di cipolla si saranno ben dorati, scolali, lascia eliminare l'olio su di un colino, o su di un foglio di carta assorbente e tieni da parte.

5 Metti all'interno di una padella una noce di burro, insieme ad un filo d'olio extravergine d'oliva e, lascia prendere calore. Dividi il pane in cassetta in cubetti, quindi mettili a tostare nella padella.

6 Elimina lo spicchio d'aglio e il rametto di rosmarino dai ceci, aggiungi i ceci nella casseruola con la patata lessa, schiaccia tutto, prima con una forchetta, poi con il frullatore ad immersione fino a che avrai ottenuto la vellutata, nel caso risultasse troppo densa, allungala con poco brodo vegetale, se necessario aggiusta con un pizzico di sale.

7 Servi la vellutata guarnendo il piatto con gli anelli di cipolla, i cubetti di pane tostato, un leggero filo d'olio e, se gradisci un pizzico di pepe.