

ZUPPE E MINESTRE

Vellutata di fagioli con gamberi e lenticchie

di: *Gnu*

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 20 min COTTURA: 20 min COSTO: medio

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

NOTE: + 10 MINUTI PER LA MARINATA



INGREDIENTI

150 g di fagioli borlotti
150 g di fagioli cannellini
un trito fatto con 2 carote
2 coste di sedano
1 cipolla
1 spicchio di aglio
2 rametti di rosmarino
1 pizzico abbondante di peperoncino
12 gamberi
2 cucchiaini di lenticchie cotte
4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
sale e pepe.

Preparazione

- 1 In una casseruola mettete l'olio, il trito di carota, sedano e cipolla, l'aglio intero, il peperoncino ed i rametti di rosmarino.



2 Fate soffriggere ed eliminate l'aglio ed il rosmarino.

Aggiungete i fagioli e fate insaporire qualche istante.

Ricopriteli d'acqua e fateli cuocere per 15 minuti, trasferiteli in un frullatore e frullare infine passateli al chinoise (se non avete il chinoise foderate un setaccio con della garza).



3 Salate e pepate.

Pulite i gamberi e fateli marinare per 10 minuti in poco olio, sale e pepe.

Poi cuoceteli per pochi istanti in una padella antiaderente ben calda, utilizzando solo l'olio della loro marinatura.



- 4 Componete il piatto mettendo la vellutata di fagioli sul fondo, ponete al centro 3 gamberi, unite ai lati le lenticchie e completate con una macinata di pepe.

