

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa di fave fresche

LUOGO: Europa / Italia / Campania

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 40 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



In primavera la natura si risveglia e i campi ci offrono dei frutti davvero straordinari. Le fave sono uno di essi! Questa **zuppa di fave fresche**, ricetta tipica campana, è semplice da fare ed è molto buona, un piatto completo che metterà d'accordo tutta la famiglia. Bisogna assolutamente approfittare di questo prodotto della terra stagionale, ed è per questo che vi inviatiamo a provare anche le <u>fave con guanciale</u>

INGREDIENTI

FAVE 1 kg

CIPOLLINE 200 gr

LARDO DI MAIALE 25 gr

PANCETTA (TESA) 100 gr

PREZZEMOLO 1 ciuffo

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiai da tavola

SALE

PEPE NERO

PREPARAZIONE

1 Fate soffriggere a fuoco vivo il lardo tritato in olio, unite, quindi, le cipolline tritate grossolanamente e la pancetta a dadini.





2 Quando questi ingredienti saranno ben rosolati, unite le fave ed insaporite con una bella macinata di pepe.



3 Abbassate la fiamma e lasciate insaporire a tegame coperto rigirando spesso.

Ricoprite poi le fave con acqua bollente, salate adeguatamente e continuate la cottura fino a quando si saranno quasi sfatte.



4 La minestra deve risultare piuttosto asciutta.

Poco prima di toglierla dal fuoco profumate con abbondante prezzemolo tritato e con un pizzico di pepe.



