

LA CUCINA
ITALIANA

Pasta e lenticchie alla meridionale

09 agosto 2017

di **Redazione**



INGREDIENTI

200 g lenticchie

aglio

sedano

sale

150 g spaghetti di media grossezza

cipolla

olio extravergine d'oliva pugliese

pepe nero in grani

Durata: 3 h

Livello: Facile

Dosi: 4 persone

Per la ricetta della pasta e lenticchie alla meridionale, tenete a bagno le lenticchie in acqua fredda per almeno 24 ore. Al momento di preparare la minestra, scartate le lenticchie che sono venute a galla, sgocciolate dall'acqua di ammollo le rimanenti e versatele in una casseruola.

Copritele d'acqua fredda, salate, aggiungete uno spicchio d'aglio intero, mezza cipolla e una costa di sedano, mondati e tritati. Incoperchiate e fate prendere il bollore alla zuppa poi abbassate la fiamma e cuocete le lenticchie per circa 2 ore e 45' aggiungendo acqua, se occorre. Trascorso questo tempo, la pietanza dovrà avere la consistenza di un minestrone piuttosto denso.

Eliminate lo spicchio di aglio e unite nella casseruola gli spaghetti, spezzettati. Mescolate e completate la cottura della pasta e delle lenticchie in circa 10'. Togliete la minestra dal fuoco e conditela con 8 cucchiaini di olio e con un'abbondante macinata di pepe fresco. Mescolate ancora, assaggiate e, al caso, aggiustate di sale e di pepe quindi servite la minestra calda, in una zuppiera adeguata.
