

## CICCI DI MAGGIO

### Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (10 cucchiaini)
- aglio
- sale
- pane casereccio (200g)
- alloro (una foglia)
- pancetta fresca (50g)
- salvia (3 foglie)
- ceci secchi (250g)
- 6 sedani
- lenticchie secche (250g)
- pepe nero
- cicerchie secche (250g)
- fagioli borlotti secchi (250g)
- castagne secche (100g)
- fave secche (200g)

### Come si prepara

Mettere a bagno la sera prima i legumi in differenti pentole.

Scaldare l'olio e farvi rosolare l'aglio fino a quando sarà colorito, quindi toglierlo.

Aggiungere la pancetta tagliata a dadini, la foglia d'alloro, il rosmarino, le foglie di salvia e far rosolare per quattro minuti a fuoco vivace.

Far raffreddare e frullare nel mixer.

Scolare i legumi e sciacquarli. Metterli in capaci pentole, una per ogni legume, coperti di acqua aromatizzata con i gambi di sedano.

Cuocere a fuoco dolce fino a quando i vari legumi saranno teneri. I tempi di cottura sono diversi, per cui è meglio assaggiarli per controllare che siano pronti.

A cottura ultimata, mescolare fra loro tutti i legumi.

Versarli in una padella capiente, insaporirli con la pancetta preparata e frullata in precedenza,

salare e spolverizzare con il pepe macinato al momento.

Tostare le fette di pane, su una griglia o nel forno, disporle nei piatti e versarci sopra i legumi caldi.

**Difficoltà:** 2

**Tempo:** 60

## Tabella nutrizionale

Valore energetico	259 kcal 1084 kJ
-------------------	---------------------

## Tags

zuppe, legumi, minestre, Cicci di maggio, zuppa di legumi