

Riso e ceci

Ingredienti:

250 g. ceci secchi.

200 g. riso per minestre.

100 g. pancetta tesa.

1 spicchio d'aglio.

1 cipolla bianca piccola.

1 rametto di rosmarino.

1 foglia d'alloro.

1 cucchiaio concentrato di pomodoro.

2 cucchiaini d'olio.

Un pizzico di bicarbonato.

Brodo.

Sale e pepe q.b.

Ricetta:

Mette a bagno i ceci in acqua e un pizzico di bicarbonato il giorno precedente e lasciateveli per 24 ore.

Legate il rametto di rosmarino e l'alloro con del filo da cucina.

Tritate finemente la cipolla.

Scolate e sciacquate i ceci e fateli bollire per due ore in abbondante acqua salata.

Tagliate la pancetta a dadini e rosolatela con l'olio e l'aglio intero e la cipolla.

Togliete l'aglio appena è imbrunito aggiungete i ceci, un litro circa di brodo, l'alloro e il rosmarino, e il concentrato di pomodoro.

Salate e pepate e portate a bollore il brodo, quindi unite il riso.

Continuate la cottura per venti minuti, mescolando spesso con un cucchiaio di legno.

Servite la minestra di ceci e riso ben calda.