

# Fagioli all'uccelletto

I **fagioli all'uccelletto** sono un contorno tradizionale toscano a base di fagioli cannellini, ripassati nella pentola di coccio con pomodoro, salvia e origano. Sono semplicissimi da preparare e anche piuttosto veloci se avete già cotto i fagioli.

In alcune zone della Toscana, i **fagioli all'uccelletto** si trovano anche preparati con altre varietà di fagioli e a volte si fanno cuocere direttamente nella pentola con l'aggiunta di acqua. Io vi propongo la ricetta più tradizionale, come è giunta a me, quella che prevede di utilizzare i fagioli già cotti. Nelle famiglie più povere, infatti, era un modo per gustare i soliti fagioli lessi con più fantasia e sapore.

I **fagioli all'uccelletto** si possono preparare con fagioli cotti in casa, oppure con fagioli cannellini in scatola o sotto vetro, meglio se cotti a vapore. In questo caso preferire un prodotto di ottima qualità.



## INFORMAZIONI

- 2 persone
- **170Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **15 minuti**
- ricetta **vegetariana** e **vegan**
- ricetta **light**

## INGREDIENTI

- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
- 2 spicchi di aglio
- 200 g di fagioli cannellini già cotti (peso sgocciolato)
- Origano
- 4 foglie di salvia
- 300 g di passata di pomodoro
- Pepe nero macinato al momento
- Sale

## PREPARAZIONE

- In una padella mettere l'olio e l'aglio spellato. Farlo rosolare a fiamma media finché non sarà ben dorato.
- Togliere l'aglio, unire i fagioli, una manciata di origano, la salvia e far insaporire qualche minuto a fiamma vivace.
- Unire il pomodoro, un pizzico di sale, abbassare la fiamma e far riprendere il bollore.
- Cuocere per una decina di minuti a fiamma media, finché il pomodoro si sarà ristretto.
- Servire con una generosa macinata di pepe, origano, olio a crudo e regolare di sale.

## PIETANZE DI ABBINAMENTO IDEALE

secondi piatti a base di carne.

## STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni

## AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.