

Pasta e fagioli saporita

La **pasta e fagioli saporita** è una classica pasta e fagioli contadina, molto saporita, perchè nella base del soffritto troviamo la pancetta e viene fatta una mantecatura finale con il Parmigiano

La **pasta e fagioli saporita** che vi proponiamo è preparata con fagioli secchi, ma a fine estate si può preparare con i fagioli freschi. Il procedimento è lo stesso, non occorre ovviamente l'ammollo :-)

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **620Kcal** a porzione
- difficoltà **media**
- pronta in **2 ore**

INGREDIENTI

- 160 g di fagioli borlotti secchi
- 4 foglie di salvia
- 2 spicchi di aglio
- Sale
- 40 g di pancetta affumicata
- 1 costa di sedano
- 1 carota di piccole dimensioni
- 1 cipolla bianca di piccole dimensioni
- 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
- 120 g di pasta tipo maltagliati
- 4 rametti di prezzemolo
- Pepe nero macinato al momento
- 20 g di Parmigiano Reggiano

PREPARAZIONE

- La preparazione di questa ricetta inizia 12 ore prima, quando bisogna mettere i fagioli in ammollo in abbondante acqua fresca.
- Terminato l'ammollo scolare i fagioli, sciacquarli e metterli in una capace pentola assieme alle foglie di salvia ben lavate e all'aglio spellato. Preferire spicchi di grande dimensione, così potranno essere eliminati facilmente a fine cottura.
- Aggiungere tanta acqua fredda quanta ne basterà a coprire tutti i fagioli per almeno quattro dita.
- Coprire, mettere sul fuoco e cuocere per 1 ora dall'inizio del bollore. Tenere la pentola coperta, la fiamma bassa e girare di tanto in tanto. Se l'acqua messa non è abbastanza aggiungerne altra, ma che sia molto calda. Se si interrompe la cottura, infatti, le bucce diventeranno dure.
- A 10 minuti dalla fine del tempo indicato unire un pizzico generoso di sale grosso e ultimare la cottura.
- Passata l'ora, assaggiare acqua di cottura e fagioli. Devono essere ben cotti e saporiti. Proseguire se non fossero morbidi e valutare se regolare di sale.
- Scolare i fagioli conservando il liquido di cottura. Eliminare l'aglio.
- Mettere metà fagioli da parte e passare gli altri nel passaverdure aiutandosi con qualche mestolo di acqua di cottura. Mettere l'acqua di cottura rimanente in una pentola sul fuoco. Andrà tenuta sempre a leggero bollore.
- Fare un battuto fine con la pancetta.
- Tritare molto finemente sedano, carota e cipolla.
- In una pentola da minestra mettere l'olio, il trito di verdure, la pancetta e portarla sul fuoco.
- Far soffriggere a fiamma dolce per almeno una decina di minuti, aggiungendo un po' di acqua di cottura dei fagioli. Il soffritto è pronto quando le verdure saranno ben cotte e perderanno consistenza sotto i denti.
- Alzare la fiamma, far asciugare il fondo di cottura, quindi unire i fagioli interi. Mescolare bene e lasciare insaporire qualche minuto a fiamma vivace. Unire i fagioli frullati, metà acqua di cottura dei fagioli, girare e lasciare riprendere il bollore. Regolare di sale. In questa fase la minestra deve risultare molto saporita perchè deve cedere sapore alla pasta.
- Quando ha ripreso il bollore buttare la pasta e cuocere mescolando spesso con un cucchiaino di legno, secondo il tempo di cottura del formato scelto. Aggiungere la restante acqua di cottura dei fagioli se la minestra tende ad asciugarsi troppo. Tenerla piuttosto liquida perchè a fine cottura tenderà ad addensarsi.
- Nel frattempo lavare il prezzemolo, selezionarne le foglie e tritarle con la mezzaluna su un tagliere.
- Spegner il fuoco, regolare di sale, profumare con una macinata di pepe ed il prezzemolo tritato.
- Unire quindi il Parmigiano e mescolare bene.
- Lasciare intiepidire 5 minuti con il coperchio e servire con un filo d'olio a crudo.

PASTA DI ABBINAMENTO IDEALE

Maltagliati, tubetti

STAGIONE

Ricetta per tutte le stagioni



AUTORE

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

I consigli di Barbara

Le famiglie contadine, al posto del Parmigiano grattugiato (più pregiato) mettevano nella pasta e fagioli le croste del Parmigiano. In genere si puliscono bene, quindi si bollono 5 minuti e poi si tagliano a striscioline. Si aggiungono quando si butta la pasta. E' ottima anche per utilizzare il Parmigiano grattugiato quando è un po' secco perchè è rimasto un po' troppo in frigo, oppure quando è la parte molto vicina alla crosta.