

ZUPPA DI LATTUGA E FAGIOLI

Ingredienti per 4 persone:

- 300 g di fagioli secchi,
- 400 g di lattuga,
- un gambo di sedano,
- 2 spicchi di aglio,
- 20 g di concentrato di pomodoro,
- 4 fette di pane casereccio,
- 6 cucchiaini di olio di oliva,
- sale,
- pepe.

Per diminuire i tempi di preparazione e di cottura utilizzate fagioli surgelati.

Oppure cuoceteli nella pentola a pressione.

Mettete i fagioli a bagno in acqua fredda per una notte.

Il giorno dopo scolateli e bolliteli per 2 ore circa.

Intanto pulite, lavate e tagliate il sedano a tocchetti e la lattuga a listarelle.

Fate soffriggere l'olio con gli spicchi di aglio schiacciati con la forchetta e quando imbiondiscono toglieteli.

Aggiungete il sedano, la lattuga e fate insaporire a fuoco lento per pochi minuti.

Unite il concentrato di pomodoro sciolto in una tazzina da caffè di acqua calda.

Mescolate bene e aggiungete i fagioli con la loro acqua.

Fate cuocere ancora per 10 minuti circa, salate e pepate.

Servite la zuppa nelle scodelle; dopo aver messo sul fondo di ognuna una fetta di pane che avrete fatto abbrustolire nel forno, o in padella con poco burro.