

CECI AGLI AROMI

Ingredienti:

- 300 g. di ceci secchi (tenuti a bagno per una notte in acqua addizionata a un pizzico di bicarbonato),
- 200 g. di pomodoro,
- una cipolla,
- una carota,
- una costola di sedano,
- mezza bustina di zafferano,
- un cucchiaino di curry,
- un mazzetto di erbe aromatiche (timo, maggiorana, basilico, menta) fresche o un cucchiaio essiccate,
- olio,
- un pezzetto di peperoncino piccante,
- sale.

Scolate i ceci, sciacquateli sotto l'acqua corrente quindi metteteli in una casseruola ricoperti di acqua.

Portate a ebollizione e cuoceteli a fuoco basso per 90 minuti circa.

Dopodiché scolateli e tenete da parte una tazza della loro acqua di cottura.

Mondate, lavate e tritate il sedano, la carota e la cipolla.

Mettete il trito in una casseruola con 4 cucchiainate di olio, fatelo leggermente dorare quindi unitevi i ceci.

Rigirate bene e spolverizzate con il curry mescolato allo zafferano.

Salate, unite il peperoncino sbriciolato, bagnate con la tazza di acqua di cottura dei ceci tenuta da parte e cuocete a fuoco moderato per una ventina di minuti.

Nel frattempo, lavate i pomodori, tuffateli per qualche istante in acqua bollente poi scolateli, pelateli e tagliateli a filetti.

Mondate lavate e tritate le erbe aromatiche (se sono fresche) e poco prima del termine di cottura uniteli ai ceci assieme ai filetti di pomodoro.

Regolate di sale, mescolate e servite anche tiepido.