

LENTICCHIE STUFATE CON SCAMPI

Ingredienti per 4 persone:

- 4 foglie di verza,
- lenticchie 500 g.,
- 2 fette di prosciutto crudo,
- 12 scampi,
- una cipolla,
- 2 porri,
- una carota,
- un gambo di sedano,
- un litro di brodo vegetale,
- olio,
- una foglia di alloro,
- sale,
- pepe.

Lasciate le lenticchie in acqua fredda 12 ore, sciaquatele e sgocciolatele.

Tagliate a dadini cipolla, sedano, carota, un porro, e il prosciutto e fateli appassire in 4 cucchiai di olio.

Unite al soffritto le lenticchie e fate insaporire 2 minuti, bagnate con il brodo bollente fino a ricoprirle a filo, coprite e fate cuocere un'ora.

A metà cottura sbollentate le foglie di verza per un minuto in acqua salata.

Cuocete a vapore gli scampi sotto per 5 minuti, foderando il cestello con le foglie del porro rimasto.

Sistamate su ogni piatto una foglia di verza, distribuitevi le lenticchie e gli scampi sgusciati.

Servite subito.