



Lenticchie - [Visualizza sul sito](#)
di Cristina

Contorni caldi - cipolla - pomodori secchi

Gli ingredienti sono:

lenticchie

cipolla

pomodori secchi

erbette di campo (cardella, biette selvatiche, cavolicelli)

purea di fave secche (maccu)

In pentola a pressione metto un pacchettino di lenticchie dopo averle controllate e sciacquate, una cipolla tagliata a cubetti, 3 pomodori secchi, le verdure tagliuzzate, poco sale perche il pomodoro ne ha già di suo. Mando in pressione e lascio cuocere per 10 minuti. Lascio sfiatare lentamente. Appena posso aprire la pentola aggiungo la purea di fave secche che tengo sempre in freezer nei bicchierini da caffè con coperchio. Di tanto in tanto preparo una purea per cena, mettendo in pentola a pressione le fave secche senza buccia, semplicemente con acqua e , volendo, cipolla, e poi passando tutto al minipimer. La purea non consumata la divido nei bicchierini per usarla nei minestrone, legumi ... in quanto dà cremosità al piatto. Appena la pure è sciolta aggiusto la pietanza aggiungendo, se serve, dado in polvere alle verdure. Una volta impiattato aggiungo un bel filo d'olio nuovo verde di spremitura.

Questa la foto del piatto finito:

