

- 1 9 8 8 -

♦ GLI ORTI ♦

DI VIA ELISA



Minestra di farro alla garfagnina

Ingredienti per 6 persone

200gr di farro della Garfagnana
600gr di fagioli rossi Lucchesi freschi o 200gr secchi
200gr di pomodori
1 piccolo sedano
1 cipolla media
1 cotica di prosciutto
olio extravergine d'oliva gr. 200 circa
aglio 3 spicchi
salvia un rametto
pizzico di cannella
sale e pepe

Preparazione

Lessare i fagioli (se sono secchi lasciarli prima ammolare per una notte intera) insieme alla cotica di prosciutto, avendo cura di salarli a oltre metà cottura affinché non induriscano, e tenerli da parte.

In una casseruola far soffriggere nell'olio gli odori tritati e la cotica di prosciutto tagliata a dadini; aggiungere il pomodoro a pezzettini e la cannella. Quando sarà ben rosolato, passarlo al passatutto insieme ai fagioli e a un po' della loro acqua di cottura, mescolare aggiustare di sale e di pepe e aggiungere il farro, precedentemente lavato, lasciar cuocere per circa 35-40 minuti, unendo ogni tanto un po' di brodo di fagioli.

Servire in scodelle con un giro generoso di olio extravergine di oliva possibilmente lucchese e una generosa manciata di pepe nero.