

Lagane e ceci



INGREDIENTI

- 400 g di lagane
- 250 g di ceci
- 200 g di polpa di pomodoro
- 1 foglia d'alloro
- 1 spicchio d'aglio
- Olio
- sale

- peperoncino crusco in polvere
- pepe

PROCEDIMENTO

- Lasciate i ceci a bagno per 12 ore. Sgocciolateli e lessateli per 2 ore in abbondante acqua con una foglia di alloro. In una padella scaldate due-tre cucchiari d'olio, fatevi dorare uno spicchio d'aglio e poi eliminatelo, aggiungete un pizzico di peperoncino, la polpa di pomodoro, sale e pepe, cuocete a fiamma media per 10 minuti. Quindi unite i ceci e lasciate insaporire per 10 minuti. Lessate le lagane in abbondante acqua salata, sgocciolatele al dente, mettetele nella padella del sugo, lasciatele insaporire, regolate

sale e pepe, irrorate con olio versato a filo, trasferite sul piatto da portata e servite subito.