

## Pensando a... ciceri e tria

**PER QUESTA RICETTA, CHE HA COME INGREDIENTE DI PUNTA" L'OLIO PUGLIESE EXTRAVERGINE D'OLIVA "TERRE D'OTRANTO", MI SONO VOLUTA ISPIRARE AD UNA RICETTA DI QUELLA TERRA. ADORO I LEGUMI ED UNENDO LE DUE COSE, QUALE PIATTO MIGLIORE DI "CICERI E TRIA"?"**

Quella gustosa pasta e ceci dove la tenerezza dei legumi si unisce alla consistenza della pasta a base di grano duro e trova suo completamento nell'elemento croccante: la tria frita.

Non ho però voluto seguire la ricetta originale; volendo inserire un elemento ligure ho pensato che sovente, nella mia terra come in altre regioni, i legumi vengono abbinati alle bietole (da costa od erbe che siano). Vado nell'orto e noto che qualcuno è arrivato prima di me... le erbe sono irrimediabilmente mangiucchiate da qualche lumachina.

Ho in casa del cavolo nero, altro ingrediente principe per zuppe e minestre; sostituisco ed il gioco è fatto. Un "ciceri e tria" un po' particolare ma molto buono.

### **Ingredienti (dosi per 4 persone):**

350 grammi di ceci secchi  
un cucchiaino di bicarbonato (facoltativo)  
un rametto di rosmarino  
una piccola cipolla  
mezza carota  
una costa di sedano  
un pomodoro  
uno spicchio d'aglio  
250 grammi di farina di grano duro  
qualche foglia di cavolo nero  
olio e.v.o. pugliese "Terre d'Otranto" q.b.  
sale e pepe q.b.  
peperoncino (facoltativo)

### **Esecuzione:**

mettete a bagno i ceci in abbondante acqua fredda per dodici ore; successivamente scolateli e sciacquateli bene in acqua corrente poi, partendo da acqua fredda, fateli bollire per dieci/quindici minuti insieme al bicarbonato. Questa operazione velocizzerà molto la successiva cottura; se però non amate l'utilizzo del bicarbonato potrete semplicemente lessare i ceci per un tempo variabile dalle due alle tre ore.

Dopo la prima breve cottura col bicarbonato scolate i ceci, sciacquateli, privateli il più possibile delle pellicine, rimetteteli in acqua fredda e cuocete a fuoco lento fino a quando saranno teneri (una



quarantina di minuti circa).

Preparate la pasta fresca: pulite le foglie di cavolo nero ed eliminate le coste; tagliate a pezzetti e cuocete brevemente con la sola acqua di sgrondatura. Lasciate raffreddare e frullate.

Impastate la farina di grano duro con il puré di cavolo nero; se necessario aggiungete acqua.

Lasciate riposare la pasta per mezz'ora, al coperto, poi tiratela a mano o a macchina e ricavate delle fettuccine lunghe una decina di centimetri (o altro formato di pasta a piacere, ad esempio maltagliati).

Frullate circa la metà dei ceci cotti fino a ridurli ad una crema densa. Potrete fare agevolmente questa operazione con un mixer ad immersione, eventualmente aiutandovi con un po' d'acqua di cottura. Regolate di sale e mantenete in caldo.

Preparate un battuto con cipolla, sedano e carota, unite lo spicchio d'aglio ed il rametto di rosmarino e soffriggete, senza colorire, con qualche cucchiaino di olio e.v.o. pugliese.

Aggiungete anche il pomodoro a cubetti, i ceci lessati interi messi da parte e qualche mestolo d'acqua di cottura. Salate q.b. e lasciate sobbollire per circa un quarto d'ora poi eliminate l'aglio ed il rosmarino ed unite le fettuccine tenendone da parte una piccola porzione che farete friggere in abbondante olio pugliese e.v.o..

Portate a cottura la pasta (se appena preparata ci vorranno due/tre minuti) ed unite la crema di ceci.

Completate con un filo d'olio a crudo e servite cospargendo col pepe e l'eventuale peperoncino ed accompagnando il piatto con la pasta fritta.

Leggi il post su [Caffè col cioccolato](#)