

la Zuppa di pane con fagioli *Ricetta tipica di Sezze*



Come promesso ecco la mia ricetta della Zuppa di pane con fagioli, riveduta e corretta:

Le dosi sono per una decina di porzioni abbondanti, impiegando una pagnotta tipica di Sezze ed un kg di fagioli.

Le quantità possono essere ovviamente ridotte in proporzione, ma dal momento che la preparazione richiede almeno tre ore, ed il risultato può essere conservato in frigo per diversi giorni, e può essere utile per futuri incontri conviviali, l'invito è di mantenere le dosi proposte.

INGREDIENTI

Una pagnotta di pane raffermo (di almeno 3 - 4 giorni o più).

1 kg di fagioli cannellini, 1 cipolla, un sedano, rosmarino in abbondanza, 3 spicchi d'aglio, un cucchiaino di semi di finocchio, Olio extravergine di oliva, dei pomodori, sale, e 4,5 litri di acqua per la cottura, poca carne di maiale essiccata, ed altro in corso d'opera.

Io preferisco tagliare tutti gli ingredienti i parti molto piccole.
Cominciamo con l'affettare la pagnotta di pane di Sezze
(non ammesso l'utilizzo di altri tipi)...
Le fette devono essere molto sottili, perché quando assorbiranno
l'acqua di cottura aumenteranno di spessore.





Nel caso in cui il pane fosse ancora umido è possibile lasciarlo in forno a 100 °C per una mezz'ora, mentre nel frattempo provvederete a scaldare l'acqua in una pentola capiente dove verserete, tagliati a piccoli pezzi una cipolla, il sedano, un rametto di rosmarino ed i semi di finocchio. In pratica iniziate la preparazione di un brodo vegetale che verrà utilizzato a fine cottura.

In una padella versate poco olio extra vergine di oliva mettendo l'altra cipolla tagliata sottile, lo spicchio d'aglio, del peperoncino ed i pomodorini tagliati a piccoli cubetti; soffriggete per qualche minuto, aggiungendo del rosmarino e, sempre tagliata a piccoli pezzi la carne essiccata di maiale (prosciutto, pancetta o guanciale). Da non dimenticare un paio di carote ed un finocchio...







Lidano Giorgi



In questo modo porterete contemporaneamente avanti, sia il brodo vegetale che, nella padella, più o meno gli stessi ingredienti, cucinati in modo da esaltarne un gusto più deciso.

L'aglio ed il peperoncino preferisco toglierli dopo che abbiano rilasciato il loro sapore, mentre nel brodo può considerarsi ammesso aggiungere un paio di dadi per esaltarne la sapidità.

In questa ricetta non devono mancare i profumi che sprigionano le erbe aromatiche, tra cui la mentuccia ed il finocchio selvatico.

Anche queste vengono ridotte in piccole parti...

Tagliate una cipolla in pezzi e lasciatela in acqua.

Non fatevi mancare delle olive di Gaeta.





Nel frattempo avrete unito al brodo vegetale i fagioli (precedentemente messi a bagno almeno 12 ore prima).





Lidano Giorgi



Il risultato è quello che vi appare nelle foto...

Sono trascorse almeno tre ore, (questo è mediamente il tempo occorrente per una buona preparazione).

Riunite in una pentola grande, controllate, assaggiando se vi sembra giusta di sale (se avete optato per l'utilizzo dei due dadi da brodo probabilmente sarà già sufficientemente saporita), altrimenti aggiustate secondo il vostro gusto. Personalmente utilizzo altro olio extra vergine di oliva a crudo al momento di impiattare. Procedete così: in una o due pirofile da forno o teglie disponete il pane affettato e sicuramente ben asciutto; poi bagnate con un mestolo della preparazione il pane così disposto, ripetendo l'operazione per più strati, alternando gli strati di pane al brodo di cottura...

Terminate in superficie con il brodo di cottura.

E' necessario avere ora la pazienza di lasciar riposare la Zuppa di pane con fagioli per circa un'ora per permettere al pane di reincorporare tutti gli umori ed i sapori abilmente amalgamati.

(In gergo si dice che dovete lasciarla a consigliare).

Al momento di impiattare non dimenticate ancora un filo di extra vergine.

Buon appetito!

Lidane Giorgi





Lidano Giorgi



Lidano Giorgi

Un'altra versione la propone l'amico **Roberto Campagna**.

Sociologo e giornalista, ha pubblicato una quindicina di libri: saggi sul lavoro e sulle professioni, racconti di storie popolari, opere di narrativa per ragazzi e testi sul cibo.

E' responsabile della pagina di enogastronomia del quotidiano Il Territorio (LT) e direttore della rivista I Lepini.

Ingredienti

Pagnotta casereccia, fagioli lessati, sedano, rosmarino, cipolla, pomodori, olive di gaeta, finocchio selvatico, olio e sale.

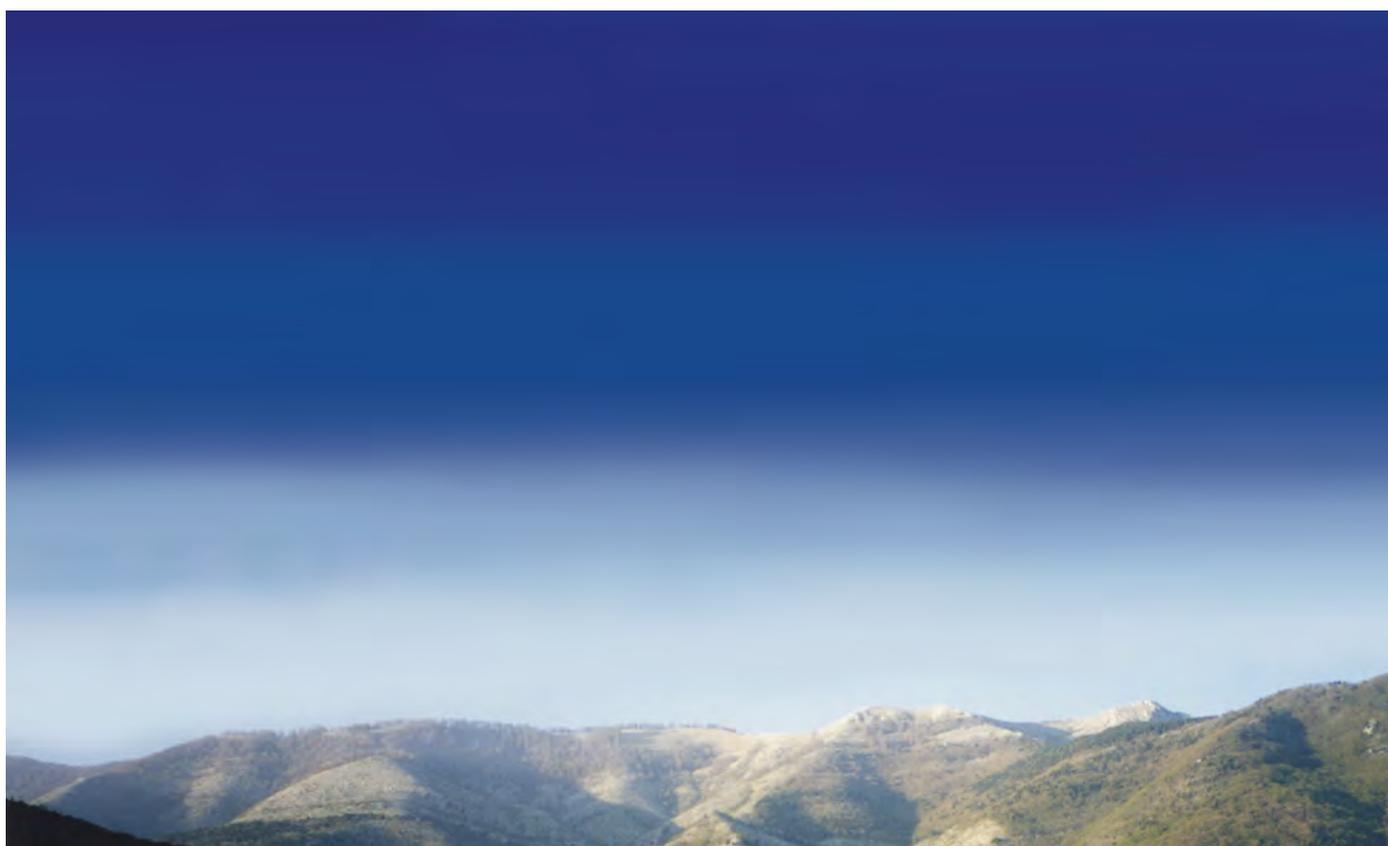
Preparazione

Si riempie con sottilissime fette di pane una grossa insalatiera e vi si versano sopra i fagioli. Va lasciata riposare almeno un'ora prima di essere consumata. E va consumata, accompagnata con cipolla, tagliata a fette, e olive di Gaeta.

Quella di Sezze non ha rivali: è la migliore zuppa di fagioli dei Monti Lepini. Perché? Semplice: ogni paese dei Lepini ha la sua zuppa, il cui sapore, però, anche se gli ingredienti con cui viene preparata sono identici, cambia da un posto a un altro per via del tipo di pane e di fagioli che si utilizzano, innanzitutto, e dell'olio, tantissimo, che si sceglie per insaporirla.

Probabilmente, il pane di Sezze e i fagioli locali rendono meglio. Addirittura il suo sapore cambia da una casa a un'altra, a seconda della massaia che la cucina.

povero, tipico della cucina contadina, anche la zuppa di fagioli setina, come tutte le altre zuppe, è nata contro l'orrore dello spreco, per non buttare via il pane anche se rafferma.



Zuppa di pane con fagioli

la Ricetta



Ingredienti (per 6-8 persone):

Una pagnotta di pane raffermo di Sezze; 1 kg di fagioli cannellini secchi;
1 cipolla; 2 costole fogliari di sedano; 2 rametti di rosmarino;
3 spicchi d'aglio; 1 cucchiaio di seme di finocchiella o mirride;
Olio extravergine d'oliva, 350 ml; Passata di pomodoro 250 ml;
Acqua cottura fagioli 7 litri; Sale, q.b.;

Preparazione: 3 ore circa.

Preparazione:

Lasciare in ammollo i fagioli per circa 10 ore, quindi risciacquarli e farli bollire a fuoco lento in una grossa pentola con molta acqua (se durante la cottura il livello di acqua si abbassa, aggiungerne altra dopo averla portata, separatamente, in ebollizione; mai aggiungere acqua fredda).

Dopo circa 50 minuti di ebollizione versare nella pentola la cipolla e due costole di sedano lavate e tagliate in piccoli pezzi, olio e pomodoro (per chi lo desidera si possono aggiungere una cotica o un pezzo di prosciutto).
Preparate un pesto con aglio, rosmarino e finocchiella e dopo circa 40 minuti dalla precedente operazione, aggiungetelo in pentola.

Fate bollire ancora per circa 50 minuti.

Nel frattempo tagliate a fette molto sottili la pagnotta di pane raffermo e disponete le stesse in una teglia fino a farne uno strato di 5-7 cm. Versate finalmente tutto il contenuto della pentola nella teglia. L'operazione va fatta con gradualità avendo cura che tutte le fette di pane siano ben impregnate del liquido contenuto nella pentola.

Coprite la teglia con un panno sterile e lasciate riposare il tutto per 10-15 minuti.

Fate le porzioni aggiungendo nei singoli piatti una manciata di olive e, per chi lo desiderasse, un paio di spicchi di cipolla in precedenza messa in acqua per almeno un'ora.