

i Lessati

I nostri legumi lessati sono preparati seguendo precise fasi di preparazione che ne permettono poi l'uso diretto in cucina. I legumi vengono lavati in acqua corrente, messi in ammollo per alcune ore e poi nuovamente lavati e messi in vasetto per la lessatura.

☞ Cannellini lessati

si prestano a diverse preparazioni ma, avendo una buccia importante che spesso si rompe, il loro miglior uso è ripassarli in padella. Si possono cucinare con olio, aglio, pomodoro e abbondante salvia spezzettata a mano.

☞ Borlotti lessati

dalla buccia importante, ma più resistente, si possono usare per arricchire un risotto, una minestra di verdure, ma anche per la classica preparazione in insalata con tonno e cipolla o la buonissima pasta e fagioli

☞ Zolfini lessati

hanno una buccia sottilissima ma rimangono sempre integri; ottimi conditi solo con olio, sale, pepe ma si prestano anche a qualsiasi altra preparazione e, per il sapore spiccato ma delicato, si abbinano bene al pesce.

☞ Ceci lessati

Si abbinano bene al pesce, ma ottimo è anche l'abbinamento con olio extra vergine fatto riscaldare con foglie di rosmarino spezzettate. Schiacciando alcuni ceci con la forchetta e lasciandone alcuni interi e saltandoli in padella con olio ed aglio, un po' di pomodoro e aggiungendo un mestolo di acqua di cottura si prepara velocemente un'ottima pasta e ceci.

☞ Cicerchie lessate

vale il discorso dei ceci visto che sono sapori molto simili. Sugeriamo anche di saltarli in padella con una cipolla tagliata sottile e condire poi con rucola spezzettata e un giro d'olio.

☞ Lenticchie lessate

per utilizzarle in insalate è sufficiente scolarle dall'acqua in eccesso (spesso può essere scura per i pigmenti delle lenticchie stesse). Possono essere poi usate in minestre o per condire riso e pasta. Ottime in abbinamento con sugo di pomodoro e peperoncino o burro e spinaci o anche con spezie tipo il curry diluito in panna fresca.

☞ Piselli lessati

si mescolano a minestre di verdure o si uniscono a fine preparazione a spezzatini e ossibuchi. Vi consigliamo di provare ad usarle abbinate al nostro passato di piselli: si versa il vasetto di passato in una casseruola e poi si usa lo stesso vasetto per una dose d'acqua. Si scalda e poi si aggiunge un vasetto di piselli lessati fatti saltare con abbondante cipolla. Condire con burro e parmigiano e servire con crostini di pane conditi.

