



CUCINA CON NOI!

Virtù di Zuppa Ceci e Lenticchie con focaccina al farro

INGREDIENTI

1 kg di Virtù di Zuppa Ceci e Lenticchie

300 g di farina di farro

10 g di lievito di birra

190 ml d'acqua

olio extravergine d'oliva

10 g di sale

1 mazzetto di salvia

10 pomodorini ciliegia



45



4



Media



Zuppe

Preparazione

- 1** In una terrina raccogliete la farina, il lievito sbriciolato, 150 ml d'acqua e 30 ml d'olio. Unite il sale e impastate vigorosamente a mano, fino a ottenere un impasto elastico e omogeneo.
- 2** Stendetelo su una teglia da forno spennellata d'olio, allargandolo con le mani. Pestate appena il pepe e cospargetelo sulla superficie della focaccia. Coprite e lasciate lievitare per 40 minuti.
- 3** Emulsionate altri 30 ml d'olio con 40 ml d'acqua e versate l'emulsione sulla focaccia. Con le dita formate delle fossette. Infornate a 180°C per 20 minuti.
- 4** Versate la zuppa in una pentola con un bicchiere d'acqua e cuocete per 10 minuti circa.
- 5** Infarinate le foglie di salvia, friggetele per pochi secondi in olio ben caldo e scolatele su carta da cucina.
- 6** Servite la zuppa completando con qualche fogliolina di salvia e, a piacere, qualche pomodorino a fette. Accompagnate con la focaccia calda.

