



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002809 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 21 Mar 2019 alle ore 11:24

da ROSA DEL GAUDO

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate, Autunno, Inverno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

Pasta e fagioli 2.0

Se penso ad un piatto sano della dieta mediterranea il primo piatto che mi viene in mente è sicuramente la pasta e fagioli. Ma nella mia pasta e fagioli 2.0 questo classico della dieta mediterranea diventa un finger food, con dei conchiglioni di pasta soffiata ripieni di una crema di fagioli cannellini, serviti con salsa di pomodoro e pomodorini confit; gli aromi tipici della pasta e fagioli, le cipolle e il sedano, ritornano sotto forma di anelli di cipolla caramellati e polvere di sedano. Qual è la cosa sorprendente? Assaggiarla...chiudere gli occhi...e sentire il sapore della pasta e fagioli che faceva mia mamma.

Tempo di preparazione: 2 ore

Ingredienti per 4 persone

n.12 Conchiglioni
n.1 vasetto di pomodori datterini gialli al naturale
150 g di fagioli cannellini secchi
n. 1 cipolla rossa
n. 1 mazzo di sedano verde
200 g di passata di pomodoro
n.1 cucchiaino di aceto balsamico
n. un cucchiaino di miele
olio semi di arachidi per friggere q.b.
sale q.b.
olio extravergine d'oliva q.b.
zucchero q.b.

Prodotti utilizzati

Passata di pomodoro La Fiammante Premium, Datterini gialli al naturale La Fiammante

Preparazione

Per prima cosa dovete preparare i conchiglioni per la pasta soffiata e il sedano per la polvere di sedano (potete fare queste preparazioni anche il giorno prima). Fate cuocere i conchiglioni in acqua bollente salata per il doppio del tempo indicato sulla confezione. Nel frattempo prendete solo le foglie dal mazzo di sedano, lavatele ed asciugatele con cura. Quando la pasta è pronta scolatela e mettetela in una teglia rivestita di carta forno; sulla stessa teglia mettete anche le foglie di sedano e ponete il tutto ad asciugare in forno ventilato a 60°C per 5 ore. Alla fine la pasta risulterà completamente asciutta e il sedano essiccato. Tenete da parte la prima in un contenitore a chiusura ermetica e passate al mix il secondo fino ad ottenere una polvere. Setacciate la polvere di sedano per prendere solo la parte più fine e conservatela in un barattolino di vetro.

Mettete a bollire in abbondante acqua fredda non salata i fagioli, precedentemente messi a bagno per una notte. Dal momento dell'ebollizione calcolate circa un' ora e mezza, o comunque il tempo che occorre perchè i fagioli siano belli teneri.

Nel frattempo tagliate a metà i datterini gialli, cospargeteli con un pizzico di sale e di zucchero e metteteli in forno a 120° C per un'ora.

Preparate poi un semplice sugo di pomodoro con la passata di pomodoro insaporendo con un filo d'olio extravergine d'oliva e un pizzico di sale.

Per gli anelli di cipolla caramellata pelate la cipolla rossa e affettatela non troppo sottilmente, mettetela in padella con un

cucchiaino d'olio extravergine d'oliva, uno di aceto balsamico e uno di miele. Fate cuocere a fuoco dolce finchè la cipolla non è caramellata, facendo attenzione che non si disfi. Quando i fagioli sono cotti frullateli con un poco della loro acqua di cottura per ottenere una crema densa che insaporirete con sale e un filo d'olio extravergine d'oliva. Infine prendete i conchiglioni che avete fatto asciugare e friggeteli in abbondante olio di semi di arachide finchè risultano ben gonfi e dorati. Lasciateli intiepidire quindi riempiteli con la crema di cannellini preparata in precedenza. Ora potete assemblare il piatto mettendo alla base un po' di sugo di pomodoro, i conchiglioni ripieni di crema di fagioli e completando con i datterini gialli confit, gli anelli di cipolla caramellati e cospargendo con un pizzico di polvere di sedano. Servite subito per non compromettere la croccantezza della pasta.