

Categoria: Portate - Paste Asciutte



Informazioni Generali

Preparazione: 15 min
 Cottura: 40 min
 Dosi per: 4 persone
 Costo: Molto Basso
 Difficoltà: Molto Basso

Pasta e fave è un primo piatto rustico che risulta particolarmente apprezzato quando le fave sono fresche e tenere; per insaporire ed arricchire la pasta, nel condimento vengono aggiunte cipolla e pancetta dolce a cubetti.

Volendo, alle fave fresche, si possono unire nella stessa percentuale, anche dei piselli freschi di stagione, un'accoppiata sicuramente azzeccata, nella quale la pancetta non stona assolutamente.

La tipica pasta utilizzata per questo primo piatto sono i ditali rigati, ma nulla vi impedisce di adoperare qualsiasi altro tipo di pasta corta.



Ingredienti

» Brodo vegetale 1 lt	» Pancetta dolce 80 gr
» Cipolle 1 grossa	» Pasta ditali rigati 400 gr
» Fave sgranate 500 gr	» Pepe q.b.
» Olio di oliva extravergine 4 cucchiari	» Sale q.b.

Preparazione



Sgranate le fave (1) e togliete la piccola escrescenza (2) posta a lato di ognuna di esse. Tagliate la pancetta a cubetti (3)



e ponetela (senza alcun condimento) in un tegame (4) a rosolare a fuoco lento fino a che il grasso si scioglierà e la pancetta risulti dorata. Mondate e tritate una grossa cipolla, aggiungetela nel tegame insieme alla pancetta (5) e unite anche 4 cucchiari di olio extravergine di oliva; fate imbiondire la cipolla (6), poi unite le fave sgranate e mescolate (7).



Dopo qualche minuto aggiungete un paio di mestoli di brodo (8) e lasciate cuocere a fuoco dolce per circa 20-25 minuti (potrebbe volerci qualche minuto in più a seconda della grandezza delle fave) , coprendo il tegame con un coperchio (9) e lasciando un piccolo sfiato.



Durante la cottura, aggiungete, ogni qual volta serve, del brodo vegetale fino a che le fave risulteranno cotte; aggiustate di sale e pepe, quindi mescolate e spegnete il fuoco. Mettete a lessare dei ditali rigati in abbondante acqua salata (10) e, arrivati a metà cottura, scolateli tenendo da parte un po' della loro acqua di cottura. Unite i ditali rigati alle fave e continuate a cuocere la preparazione aggiungendo, quando serve, l'acqua di cottura tenuta da parte (11). Potete scegliere, a seconda dei gusti, se ottenere un piatto piuttosto asciutto oppure leggermente brodoso. Quando la pasta sarà al dente, spegnete il fuoco (12), aggiungete un paio di cucchiari di olio extravergine a crudo, mescolate e servite, portando in tavola del parmigiano grattugiato in modo che i vostri commensali possano utilizzarlo a piacere sulla pasta e fave. Accompagnate il piatto con del buon vino rosso.

Consiglio

Al posto della pancetta si possono unire alle fave in cottura delle cotenne di maiale, alimento molto utilizzato in passato, quando un po' tutte le famiglie usavano allevare il proprio maiale del quale non si buttava nulla. Le cotenne erano spesso inserite nei minestrone, nelle zuppe, nei condimenti della pasta per arricchirli e dare sapore. Oggi le cotenne del maiale vengono consumate molto meno e spesso la pancetta di maiale le sostituisce per insaporire le preparazioni.