



FAGIOLI VEGERARIANI RIFRITTI

Ingredienti

Per 3 persone

450 gr di fagioli
borlotti secchi
2 cucchiaini di aglio
tritato
1 pomodoro medio
2 cucchiaini di cumino
tritato
1 cucchiaino di
peperoncino in polvere
2 cucchiaini di olio di
oliva
Sale q.b.

Passaggi

- 1.** Metti i fagioli in una larga casseruola, e copri con acqua. Poni su fuoco vivo, e porta ad ebollizione. Quando i fagioli iniziano a bollire, scola, e riponili nella stessa casseruola.
- 2.** Copri i fagioli con dell'acqua, versa e mescola il cucchiaino di aglio, il pomodoro, il cumino e il peperoncino. Porta ad ebollizione su fuoco vivo, e poi riduci la fiamma a bassa, mescola fino a che i fagioli non siano molto teneri, per circa 3 ore e 45 minuti, aggiungendo acqua se serve.
- 3.** Una volta cotti i fagioli, schiacciali aggiungendo il rimanente di aglio, olio e sale q.b.; utilizza ulteriore acqua se serve a raggiungere la consistenza che desideri. Continua a cuocere a fuoco basso per 30 minuti, mescolando di tanto in tanto. Servi.