

ZUPPE E MINESTRE

Minestra alla lucchese

Tradizione: Provincia di Lucca, Toscana

DOSI

4 persone

Ingredienti per 4 persone

Carciofi	2
Piselli sgranati	200 g
Cipollotto	1
Fave fresche sgranate	200 g
Asparagi	200 g
Polpa di vitello tritata	100 g
Limone (succo)	1
Pancetta (fette da 50 g)	50 g
Olio d'oliva extra-vergine	3 cucchiaini
Sale	

Preparazione

- 1 Pulire i carciofi privandoli dei gambi, delle foglie dure e delle punte; dividerli a metà, eliminare l'eventuale peluria interna, tagliarli a spicchi e immergerli in una terrina con acqua fredda acidulata con il succo del limone.
- 2 Privare gli asparagi della parte finale più dura, pelarli, possibilmente con un pelapatate ad archetto, lavarli, tagliare il gambo a pezzetti e tenere le punte intere.
- 3 Far scottare le fave in acqua salata in ebollizione, scolarle e privarle della pellicina che le ricopre; pulire il cipollotto privandolo delle radici, delle foglie esterne e della parte verde più dura; lavarlo e tritarlo.
- 4 In un tegame con l'olio far appassire il cipollotto tritato senza lasciarlo colorire, aggiungere la polpa di vitello tritata e farla rosolare facendola colorire leggermente da tutte le parti; unire le fave, i piselli, i carciofi scolati, i pezzetti di asparagi e farli rosolare brevemente; coprire con acqua fredda, portare a ebollizione, insaporire con un pizzico di sale e far cuocere la minestra per 20-30 minuti.

- 5 Dieci minuti prima del termine della cottura aggiungere le punte di asparagi divise a metà.
- 6 Nel frattempo tagliare la pancetta a dadini e farli rosolare in una padella antiaderente calda facendoli dorare leggermente; unirli alla minestra di piselli, fave e carciofi e continuare la cottura per un minuto. Servirla calda o tiepida.