

V

ascuotto e ceci

200 grammi di ceci
secchi

Olio
Sale

zucchero e pane
biscottato

mastro

1. innanzitutto, occorre mettere i ceci in ammollo la sera prima in modo da farli reidratare.
2. Il giorno seguente, si possono cuocere direttamente in una pentola alta coperti almeno il doppio dell'acqua. Si fa bollire fino a che il chicco non diventa morbido, controllando la cottura osservando la buccia che inizia a staccarsi dal chicco.
3. Una volta cotti i ceci, si lasciano raffreddare nella loro acqua e si scolano solamente quando sono freddi conservando l'acqua dei ceci.
4. Si lasciano poi asciugare e si tostano in padella con l'aggiunta di sale e zucchero, facendoli rosolare finché non diventino rustici e croccanti.
5. A parte, si prepara il vascuotto: si ammorbidisce il pane biscottato nell'acqua dei ceci e si condisce con olio e sale. Infine, si uniscono i ceci arrostiti al pane biscottato ammolato, mescolando bene il tutto. Il piatto è **pronto!**

buon appetito !

