

Fave lesse *Fa' a lissu*



TEMPI DI ESECUZIONE:

1 h 15'

GRADO DI DIFFICOLTÀ:

Facile

INGREDIENTI (per 4 persone):

350 g di fave fresche o secche, 2 steli di aglio fresco o una testa d'aglio di piccole dimensioni, sale grosso.

PREPARAZIONE:

Mettere le fave secche in ammollo dalla sera precedente (accorgimento non necessario se si utilizzano quelle fresche); la mattina seguente scolarle e metterle a bollire in abbondante acqua insieme all'aglio lasciato intero. Salare e lasciar cuocere fino a quando le fave saranno sufficientemente morbide. Scolarle e servirle.

BEVANDE/VINI CON I QUALI IL PIATTO SI ACCOMPAGNA:

Nuragus

A QUALE/I PRODOTTO/I TRADIZIONALI LA RICETTA FA RIFERIMENTO:

Su Iori, i legumi, principale ingrediente di base, insieme ai cereali, della dieta quotidiana del passato.