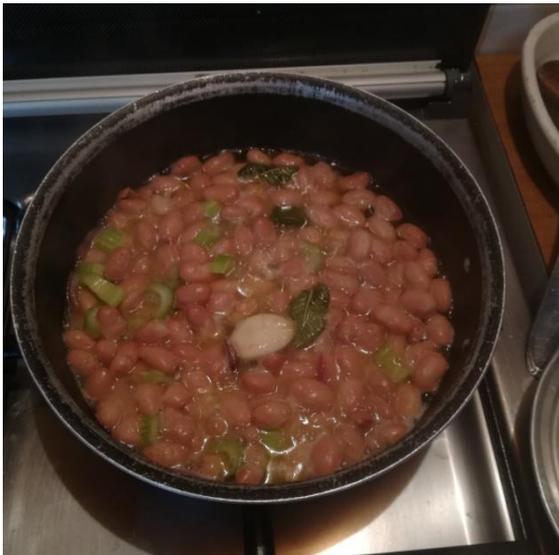


## Virtù del 1 maggio 2020 A modo mio

per 4 persone (abbondante)

Il giorno prima ho preparato la lenticchia, i ceci e i fagioli precotti *Valfrutta*, le fave fresche e i piselli surgelati *Findus* cuocendoli come se si dovessero mangiare da soli.



Il primo maggio ho preparato le “pallottine” e una passata di pomodoro fresco e basilico poco cotta.



Nella pentola grande ho fatto soffriggere per qualche minuto un aglio intero e un trito di cipolle, sedano, carote, patate e listarelle di guanciaie ben sgrassato. Ho rimosso l’aglio e aggiunto la passata. Di seguito ho aggiunto una zucchina a dadini piccoli, un poco di bietola già cotta e il misto di verdure (mezzo Kg) preparato dal fruttivendolo appositamente per le virtù. Ho aggiunto un paio di foglie di salvia, acqua fredda fino a coprire le verdure, un poco di sale grosso e ho aspettato che le verdure si cuocessero.



Dopo circa un'ora e vari assaggi ho realizzato che le verdure erano cotte e ho aggiunto (con calma e uno alla volta, per non fermare la bollitura delle verdure) le pallottine e i 5 legumi preparati il giorno prima. A questo punto in una pentola a parte ho messo a cuocere la pasta mista *De Cecco* (tempo di cottura 13 minuti). Al minuto 9 l'ho scolata e versata nelle virtù e ho fatto cuocere e amalgamare il tutto ancora per 4/5 minuti. Ho spento e ho servito dopo circa 10 minuti.



Con peperoncino (preferibilmente fresco) a piacere, il risultato è stato decisamente: *non male!!!*

