

Un tempo la cucina era un'arte e si mescolava con la ben nota capacità di "arrangiarsi" con i prodotti che la terra offriva. Piccole astuzie, trovate geniali e abbinamenti impensati hanno così dato vita ad una *tradizione culinaria popolare semplice ma gustosa*.

Su queste premesse nasce il progetto ideato e realizzato da UNPLI Veneto, in collaborazione con Regione del Veneto e le associazioni dei consumatori.

**CUCINA LA CRISI** punta ad identificare i piatti della cucina locale veneta, con l'intento di sviluppare nel consumatore la capacità di utilizzare in modo intelligente ed economico i prodotti della terra, rivalutando e riscoprendo le ricette che talvolta si sono un po' perse.

Le **55 pro loco aderenti** presenteranno, all'interno di un loro evento, la "ricetta dei nonni" attraverso uno "show cooking" con degustazione finale del piatto, illustrandone prodotti utilizzati, realizzazione e proprietà organolettiche nutrizionali.

Un'occasione per scoprire, grazie alle Pro Loco, un altro spaccato del nostro passato!

La nostra Pro Loco partecipa al progetto

"Cucina la Crisi"

- Le ricette dei Nonni -

con il piatto

## RISI E FASOI DURI



Per conoscere gli altri eventi

[www.cucinalacrisi.it](http://www.cucinalacrisi.it)

## RISI E FASOI DURI (anche detti RISI E FASOI A LA CANAROLA)

*RICETTA per 4 persone*

Ingredienti

- 400 gr di fagioli secchi (borlotti o dall'occhio o lamon)
- 2/3 grosse carote
- 2/3 gambi di sedano
- 1 grossa cipolla oppure 4/5 scalogni
- 2 spicchi di aglio
- Olio extravergine di oliva
- 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro
- Sale e pepe
- 600 gr di riso vialone nano o carnaroli

Descrizione della preparazione

1. Versare in una pentola capiente 4/5 litri di acqua. le verdure pulite e tagliate grossolanamente, i fagioli non ammollati e lavati sotto acqua corrente. Cuocere finché i fagioli siano cotti ma al dente.
2. Passare al passaverdure metà dei fagioli e tutta la verdura. Si deve ottenere un brodo abbastanza denso. Portare di nuovo a bollore e aggiungere il concentrato di pomodoro, un bicchiere di olio evo, sale e pepe.
3. Unire il riso e mescolare delicatamente. poi senza più muovere portare a cottura a fuoco basso. Una volta completata la cottura lasciare riposare il tutto per 2/3 ore.
4. Rovesciare il riso su una tovaglia e sgranarlo per bene. Farlo raffreddare e asciugare.
5. Passare infine il riso in una padella con un goccio di olio evo finché diventa croccante (A piacere si può aggiungere un po' di peperoncino)
6. Servire con un filo di olio crudo e formaggio grana.