Centro Tutela Consumatori Utenti
Finanziato dal MIMIT D.D. 12 maggio 2025

info@verbraucherzentrale.it

Ribollita - Zuppa con il pane raffermo di origine toscana

Pane
Per utilizzare gli avanzi di pane raffermo
Zuppe
Dal ricettario “Reiche Ritterinnen – Le Avanzarotte” (Verdi – Grüne – Vërc, Bolzano, 2020)

Ingredienti:

- 300 g di fagioli cannellini
- 1 cipolla
- 1 ciuffo di cavolo nero
- ¼ di cavolo verza
- 1 mazzetto di bietola
- 1 porro
- 2 patate
- 2 carote
- 2 zucchine
- 2 gambi di sedano
- 2 pomodori pelati
- olio extra vergine di oliva
- sale
- pepe
- pane toscano raffermo

Preparazione:

Mettete a bagno i fagioli per circa 8 ore, poi lessateli in 2 litri di acqua. In un’altra pentola fate rosolare la cipolla tagliata a fettine nell’olio di oliva. Aggiungete via via tutte le altre verdure tagliate grossolanamente e fatele cuocere lentamente per circa 10 minuti, aggiungete quindi l’acqua di cottura dei fagioli e la metà dei fagioli. Aggiungete poi l’altra metà dei fagioli passandoli nel passaverdure. Regolate di sale e di pepe e fate cuocere a fuoco basso per circa 2 ore.
Travasate in una grande pentola, alternando strati di pane con strati di zuppa. Il giorno dopo, fate dei fori nel composto che si è creato con un mestolo e versateci dell’olio d’oliva. Poi riscaldate il composto a fuoco lento, facendo molta attenzione a non bruciarlo (il che avviene molto facilmente!). Insaporite con del pepe fresco e dell’olio extravergine d’oliva.

Tempo di preparazione: ca. 3,5 ore, più il tempo per la messa in ammollo dei fagioli e il tempo per lasciar riposare il composto.

Suggerimneto:

si dice, che questa zuppa, più volte viene “ribollita”, cioè scaldata, e più diventi buona.