



(<https://www.ricetteregionali.net/>)

Mesc-ciúa



4 Persone

minestre Categoria

bassa Difficoltà

13 ore Tempo

Attrezzatura : **pentola e 2 zuppe**

Ingredienti

- 300 g di ceci
- 300 g di fagioli secchi cannellini
- 100 g di grano
- 3 cucchiai di olio extravergine d'oliva
- sale
- pepe

Preparazione Mesc-ciúa

Passo 1.

Mettete a bagno in acqua fredda per una notte in una zuppiera i ceci col grano e in un'altra i fagioli.

Passo 2.

Mettete a cuocere i ceci col grano in una pentola con abbondante acqua salata, fate cuocere per due ore e aggiungete i fagioli, cuocete un'altra ora.

Passo 3.

Regolate di sale e condite con tre cucchiaini di olio extravergine d'oliva e pepe a piacere.

Passo 4.

Servite caldo.

Note

- ✓ **Nazionalità:** Italiana
- ✓ **Pubblicata:** 19/11/2015
- ✓ **Calorie:** 0 a porzione
- ✓ **Rating:** 4.0 (1 review)
- ✓ **Autore:** Carmelo Scuderi (<https://www.facebook.com/ricetteregionali>)