Si raccomanda, per questa ricetta della cucina romana, l'utilizzo di cannellini secchi con la pelle tenera che vanno tenuti in ammollo in acqua fredda almeno per 10 ore.
Ingredienti:
350 g di fagioli cannellini secchi
150 g. di cotenne di prosciutto e un osso di prosciutto con un poco di carne, tagliati freschi
350 g. di polpa di pomodoro passata al setaccio
1/4 di cipolla e 1 spicchio d'aglio
basilico, prezzemolo e un rametto di rosmarino
1 cucchiaio d'olio
Sale e pepe



Preparazione:
Far lessare i fagioli in abbondante acqua leggermente salata con il rametto di rosmarino e con l'osso di prosciutto sbollentato per 10 minuti.
Nel contempo passare le cotenne alla fiamma per eliminarne i peli, sbollentarle, sgocciolarle, tagliarle in pezzi non più grandi di 4-5 centimetri e cuocerle in una piccola casseruola, a bassa fiamma, ricoperte con abbondante acqua.
In un tegame a parte, fare dorare il trito con l'olio, versarvi il purè di pomodoro e condire con sale e pepe macinato al momento. Sgocciolare le cotiche al dente e continuare la cottura nel tegame a calore moderato, per una ventina di minuti.
Sgocciolare i fagioli ben cotti, metterli in un tegame con la salsa, aggiungere le cotenne e la carne ritirata dall'osso del prosciutto e tagliata in piccoli pezzi e farli insaporire bene a calore moderato. Se la salsa risulta molto densa, e' consigliabile diluirla con qualche cucchiaio dell'acqua di cottura dei fagioli. Servire subito i fagioli con le cotiche ancora caldissimi.

... e per far meglio valere il tuo diritto al libero lavoro intellettuale, aderisci e invita altri ad aderire al social network www.concorrenzaeavvocatura.ning.com e aderisci al gruppo aperto "concorrenza eavvocatura" su facebook
(contano già centinaia di adesioni).

Unisciti ai tanti che rivendicano una vera libertà di lavoro intellettuale per gli outsiders e, finalmente, il superamento del corporativismo nelle professioni !