

Stufato piccante di legumi con Prugne della California

Porzioni: 2 persone

Ingredienti:

- 40 ml di olio evo
- 1 grossa cipolla
- 1 cucchiaino di cumino in polvere
- Mezzo cucchiaino di zenzero in polvere
- 2 cucchiaini di curcuma
- 1 puntina di cannella
- 1 spicchio d'aglio
- Mezzo cucchiaino di peperoncino in pasta (harissa, gochujan, sriracha)
- 200 g di fagioli rossi già cotti
- 200 g di ceci già cotti
- 5 o 6 Prugne della California (+ qualcuna per guarnire)
- q.b. sale e pepe
- Scorza di limone



Preparazione: Tagliare a fette la cipolla e metterla ad appassire in una casseruola assieme all'olio e alle spezie (cumino, zenzero, curcuma, cannella). Salare fin da subito per aiutare la cipolla ad ammorbidirsi. Unire quindi anche l'aglio tritato, la pasta di peperoncino e tostarli per un minuto. Aggiungere i legumi con un po' della loro acqua di cottura, le Prugne della California tagliate in pezzettini e mezzo bicchiere d'acqua. Lasciar cuocere per una decina di minuti, fino a che l'acqua si sarà ritirata e avrà formato una bella crema. Servire lo stufato ben caldo, con altre Prugne della California intere a rifinire e un po' di scorza di limone.