



FEIJOADA

LA RICETTA BRASILIANA DI RODRIGO AZEVEDO,
ASSISTENTE TECNICO DI PROGRAMMA, OXFAM

INGREDIENTI

450g di fagioli neri, secco - non da una scatola di latta
450g di costine di maiale salate
450g di pancetta salata
8 cucchiaini di olio d'oliva
2 cipolle sbucciate e tritate finemente
6 spicchi d'aglio, pelati, tritati finemente

2 salsicce grandi affumicate e tagliate a pezzi grossi
450g di costine di maiale affumicato, tagliato a pezzi
450 g di pancetta affumicata, tagliata a pezzi
1 cucchiaino di pepe nero macinato al momento
5 foglie di alloro
Riso cotto, fettine d'arancia, verdure fresche, come accompagnamento

ISTRUZIONI

Mettere a bagno i fagioli, le costole salate e la pancetta in acqua fredda per una notte facendo attenzione che siano completamente coperti.

Scolare i fagioli e metterli in una grande padella di acqua fredda.

Portare a ebollizione a fuoco medio, poi cuocere a fuoco lento per 30 minuti finché sono teneri.

Sciacquare le costole e la pancetta, aggiungere i fagioli e cuocere per 30 minuti a fuoco medio.

Scaldare una pentola molto grande e versare l'olio d'oliva nel fondo.

Aggiungere le cipolle e l'aglio e far cuocere fino a quando diventino morbidi.

Aggiungere le salsicce, le costine affumicate e la pancetta, il pepe e le foglie di alloro.

Versare anche i fagioli cotti e la carne e aggiungere un po' di acqua.

Cuocere a fuoco lento per circa 1 ora, fino a quando la carne si stacchi dall'osso.

Servire la Feijoada con riso bianco bollito, fette di arancia, verdura fresca affettata e fritta in olio d'oliva con cipolla e l'aglio tritati finemente.

**GODITI UN PASTO
DELIZIOSO. SOSTIENI I
PICCOLI AGRICOLTORI. E
CONTRIBUISCI A RENDERE IL
MONDO UN LUOGO PIÙ
GIUSTO. UNISCITI AL
MOVIMENTO.**

COLTIVA

IL CIBO. LA VITA. IL PIANETA.

