BlogSicilia.it
il giornale online dei siciliani

La pasta coi fagioli, un classico per la fine dell’estate

Autore: Maria Paola Scaletta

Data: 23 Settembre 2022

La pasta coi fagioli freschi è un piatto tipico della cucina estiva siciliana. **I fagioli** sono uno degli alimenti più apprezzati dagli italiani. Il loro abbinamento con la pasta è tipico della tradizione rurale e attraversa tutte le stagioni dell'anno. In Sicilia, coi fagioli freschi si prepara la classica pasta a'fasola, un piatto povero soltanto a parole, perchè mette sempre d'accordo tutti. La ricetta classica prevede l'utilizzo di cannellini o borlotti abbinati a una pasta corta. Non esiste una versione assoluta. Ogni regione italiana ha le sue varianti. Nel video pubblicato qui sotto, ecco la ricetta dello chef Stefano Barbato.

Gli ingredienti per una pasta coi fagioli a regola d'arte

- 320 g di pasta corta
- 200 g di fagioli borlotti
- 1 spicchio di aglio
- 1 cipolla
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 3 cucchiai di passata di pomodoro
- 80 g di guanciale
- 1 rametto di rosmarino
- 2 foglie di alloro
- olio extravergine di oliva q.b.
- pepe q.b.
- sale q.b.

La ricetta per la pasta e fagioli

- Iniziate preparando gli ingredienti per il soffritto: sbucciate la cipolla e pelate la carota, poi tritate entrambe le verdure insieme al sedano.
- Prendete un'ampia casseruola, ponetela sul fuoco e scaldate l'olio. Unite l'aglio e le verdure per il soffritto. Mescolate e fate soffriggere per 5 minuti prima di aggiungere anche l'alloro e il guanciale tagliato a listarelle (potete usare anche del lardo o del prosciutto crudo).
- Dopo alcuni minuti aggiungete i legumi privi del loro liquido di cottura. Lasciate insaporire per 5 minuti poi aggiungete anche la passata di pomodoro. In alternativa potete anche usare il concentrato.
- Aggiustate di sale e di pepe, poi lasciate cuocere per 20/30 minuti a fuoco dolce, allungando il composto con un po' di acqua (o se preferite con del brodo, che darà ancora più sapore). Trascorso questo tempo prelevate due cucchiai di composto di pomodoro e legumi e frullate con un mixer ad immersione.
- Riunite i fagioli frullati al resto e poi aromatizzate con il rosmarino tritato. Una spolverata di pepe e un filo di olio extravergine e il piatto è pronto.

Riferimento articolo: https://www.blogsicilia.it/food-drink/fagioli-pasta-sicilia-tradizione/778775/

Generato il 16/12/2025