

GRANO LUCANO AL SUGO DI POMODORO



Il grano al sugo di pomodoro è un [piatto lucano](#) di origine contadina. I chicchi di grano tenero (gli stessi usati per produrre semola e farina) vengono lessati e scolati molto al dente, e la cottura viene ultimata in padella con il sugo di pomodoro, per insaporire meglio la pietanza.

Facile 35' Primo

INGREDIENTI (4 PERSONE)

- 800 gr [Passata 700 g](#)
- 1 spicchio Aglio vestito
- a piacere Basilico
- 1 Cipolla
- 320 gr Grano
- q.b. Olio Extravergine di Oliva
- a piacere Pecorino di Filiano DOP
- 1 Peperone secco di Senise IGP

PRODOTTO USATO PER QUESTA RICETTA:



PREPARAZIONE

1. Mettete a bagno il grano tenero la sera prima.
2. Tritate la cipolla e mettetela in padella insieme all'olio EVO e aglio vestito. Mentre lasciate imbiondire, sminuzzate il Peperone di Senise IGP, e versatelo in padella insieme alla Passata di pomodoro De Rica e aggiustate di sale.
3. Lessate il grano e scolate quando è ancora molto al dente, conservando una tazza dell'acqua di cottura.
4. Versatelo nella padella con il sugo e fate cuocere a fiamma vivace, mescolando come fosse un risotto. Aggiungere l'acqua di cottura se serve.
5. Quando il grano ha raggiunto la consistenza che vi piace, aggiungete un filo d'olio e mescolate con vigore. Aggiungete il basilico fresco e, se vi piace, un po' di Pecorino di Filiano DOP grattugiato.