Pasta e ceci romaine au romarin

PORTIONS	PRÉPARATION	CUISSON	DIFFICULTÉ	SAISON	MODE
2 personnes	15 min	30 min	Facile	Automne et hiver	Casserole et poêle



◆ LE GESTE ANTI-GASPI

Le jus de la boîte de pois chiches lie la soupe à la place de la crème. Le pain rassis devient une chapelure croustillante au romarin. Les feuilles du céleri se hachent avec le persil.

◆ NOTE

Une soupe épaisse de Rome, entre le bouillon et le risotto : des pâtes fondantes, des pois chiches crémeux, une pointe de tomate et une chapelure croquante.

MÉDITERRANÉEN · VÉGÉTARIEN

◆ INGRÉDIENTS

La base

- 1 boîte de pois chiches (environ 240 g égouttés) et son jus
- 1 oignon
- 1 carotte
- 1 branche de céleri
- 2 gousses d'ail
- 1 branche de romarin
- 200 g de tomates pelées en conserve
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive vierge extra
- 60 cl d'eau chaude
- Sel fin et poivre du moulin

Les pâtes

- 120 g de petites pâtes (ditalini ou coquillettes)

La chapelure et le topping

- 30 g de pain rassis
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive vierge extra
- Le zeste d'½ citron non traité
- 30 g de parmesan

Le parmesan est salé : salez la soupe avec retenue et goûtez à la fin.

◆ PRÉPARATION

1. Égouttez les pois chiches en gardant leur jus. Coupez l'oignon, la carotte et le céleri en petits dés, hachez l'ail. Hachez finement quelques aiguilles de romarin pour la chapelure. Mixez ou râpez le pain rassis en chapelure.
2. Dans une poêle, faites dorer la chapelure 3 à 4 minutes à feu moyen avec 1 cuillère à soupe d'huile et le romarin haché, en remuant. Hors du feu, ajoutez le zeste de citron. Réservez dans une assiette.
3. Dans une casserole, faites suer l'oignon, la carotte et le céleri 8 minutes à feu moyen dans 2 cuillères à soupe d'huile, sans coloration. Ajoutez l'ail et la branche de romarin 1 minute, puis les tomates écrasées à la main. Laissez cuire 5 minutes.
4. Ajoutez les pois chiches, leur jus et 60 cl d'eau chaude. Laissez frémir 10 minutes. Retirez la branche de romarin, prélevez une louche de pois chiches, mixez-la et remettez-la dans la casserole : la soupe devient crémeuse.
5. Versez les pâtes et faites-les cuire dans la soupe le temps indiqué sur le paquet (environ 10 minutes), en remuant souvent. Ajoutez un peu d'eau chaude si le mélange épaissit trop : il doit rester nappant. Salez et poivrez.
6. Servez aussitôt dans des assiettes creuses avec le parmesan râpé, la chapelure au romarin, un filet d'huile d'olive et un tour de poivre.

◆ MATÉRIEL

- Un couteau et une planche à découper
- Une casserole
- Une poêle
- Un mixeur plongeant
- Une râpe
- Deux assiettes creuses

POURQUOI C'EST MÉDITERRANÉEN

Un grand classique de la cuisine populaire romaine : légumineuses, pâtes, légumes, tomate, huile d'olive vierge extra et un peu de fromage. Les pois chiches et les pâtes se complètent, sans viande.

L'ACCORD DU CHEF

Le romarin et l'ail sont les parfums traditionnels du pois chiche à Rome, la tomate apporte l'acidité, le citron et la chapelure le relief. Côté verre : un rouge léger d'Italie centrale, comme un Montepulciano d'Abruzzo ; sinon, de l'eau plate.

CONSERVATION

Refroidissez rapidement (de 63 °C à 10 °C en moins de 2 heures), puis gardez 2 jours au réfrigérateur (0 à 3 °C). Les pâtes absorbent le liquide : ajoutez de l'eau chaude en réchauffant. Gardez la chapelure à part, dans une boîte fermée.