

RICETTE - Prebranac



Il *prebranac* (pron. "prebrànats") è uno dei piatti più tipici della cucina serba, bosniaca e macedone. Si tratta di uno dei classici cibi poveri di famiglia dei Balcani - una casseruola di cipolle caramellate e fagioli bianchi, in una salsa aromatizzata con alloro e paprica dolce ungherese. Originariamente fatto dai contadini durante i lunghi inverni, è un piatto nutriente e sano e di gran lunga uno dei cibi più economici mai realizzati. Il *prebranac* si serve tipicamente a temperatura ambiente, con croste di pane caldo.

Nei Balcani, ogni famiglia ha il proprio modo di fare il *prebranac*: questa è una ricetta di una famiglia serba, per la quale ci sono voluti però molti anni di sperimentazioni per ritrovare il sapore giusto, perché in origine non era stata tramandata per iscritto. Tuttavia, il *prebranac* ha una qualità sorprendente: non importa quel che gli fai, è un piatto che non esce mai sbagliato.

Ricetta per 12 persone

Ingredienti

- 500 grammi di fagioli secchi di grandi dimensioni (come i bianchi di Spagna, o idealmente i fagioli di Tetovo, famosi in tutta l'ex Jugoslavia)
- 5-6 cipolle gialle medie (circa 1 kg), tagliate a coste sottili
- 1 cucchiaino di paprica dolce ungherese
- 2 spicchi d'aglio tritati
- 4 foglie di alloro
- Sale e pepe

Preparazione

1. Mettete a bagno i fagioli per una notte in acqua abbondante.
2. Scolate i fagioli, metteteli in una pentola e coprite con acqua. (Per ogni tazza di fagioli utilizzate tre tazze di acqua). Portate a ebollizione a fuoco medio-alto. Riducete il calore e cuocete finché i fagioli sono molto morbidi, per circa un'ora e mezza (il tempo dipende dal tipo e dalla dimensione dei fagioli in cottura, perciò controllateli di tanto in tanto). Scolate ed eliminate l'acqua.
3. Preriscaldate il forno a 190 gradi.
4. In una grande casseruola o pignatta da forno, fate saltare le cipolle a fuoco medio. Cuocete le cipolle per circa 30 minuti, fino che diventeranno molto morbide e di un giallo intenso. Potrebbe essere necessario aggiungere poca d'acqua di tanto in tanto per evitare che le cipolle si asciughino.
5. Quando le cipolle sono pronte, aggiungete i fagioli, l'aglio, la paprica e le foglie di alloro alla casseruola. Aggiustate di sale e pepe, aggiungete circa 3 tazze di acqua, e mescolate delicatamente: i fagioli devono essere un po' coperti dall'acqua, ma non vi devono nuotare.
6. Mettete la casseruola in forno e cuocete per circa un'ora - un'ora e mezza, aggiungendo altra acqua se necessario (i fagioli non dovrebbero mai essere completamente asciutti). Al termine, lo strato superiore dovrebbe essere leggermente caramellato e abbastanza secco, la maggior parte dell'umidità evaporata, mentre i fagioli all'interno dovrebbero essere straordinariamente cremosi e ricoperti dalle cipolle.
7. Lasciate raffreddare completamente il *prebranac* prima di servirlo. Lasciatelo riposare per un giorno in frigorifero. Servite a temperatura ambiente (ma non freddo) con pane croccante.

Пружамно! Prijatno! (Buon appetito!)