

# Legumi

## TEMPI DI AMMOLLO E COTTURA

### **AZUKI VERDI**

ammollo NO  
cottura 30 min

### **AZUKI ROSSI**

ammollo 8-10h  
cottura 40 min

### **CECI BIANCHI O NERI**

ammollo 24h  
cottura 60/90 min

### **CICERCHIA DECORTICATA**

ammollo NO  
cottura 30 min

### **FAGIOLI BORLOTTI**

ammollo 18-24h  
cottura 60 min

### **FAGIOLI CANNELLINI**

ammollo 6-8h  
cottura 30 min

### **FAGIOLI CON L'OCCHIO**

ammollo 6-12h  
cottura 40 min

### **FAGIOLI NERI**

ammollo 18-24h  
cottura 60 min

### **FAGIOLI ROSSI**

ammollo 8-12  
cottura 60 min

### **FAVE SPEZZATE**

ammollo NO  
cottura 50 min

### **LENTICCHIE PICCOLE**

ammollo NO/2h  
cottura 40 min

### **LENTICCHIE GRANDI**

ammollo 2-4h  
cottura 40 min

### **LENTICCHIE NERE**

ammollo NO  
cottura 30 min

### **LENTICCHIE DECORTICATE**

ammollo NO  
cottura 20 min

### **PISELLI SPEZZATI**

ammollo NO  
cottura 30 min

### **ROVEJA**

ammollo 8-12h  
cottura 60 min