



ZUPPA DI PISELLI E LEVISTICO

60 minuti · Vegetariana · Serve per 4

Questa salutare insalata di patate con limone e aneto è condita con una vinaigrette piccante fresca che non ti farà dimenticare la tradizionale insalata di patate a base di maionese.

Ingredienti

1 vassoio Odori da Brodo Sapori del Mio Orto

250 gr di piselli

1 vassoio di levistico Sapori del Mio Orto

due tazze di miglio

50 ml EVO

sale e pepe

Preparazione:

Pulite e tagliate gli Odori da Brodo Sapori del Mio Orto, metterle in un tegame e portare a bollore. Aggiungere i piselli ed il levistico lavato e tagliato e lasciate stufare per 40 minuti coprendo con un coperchio ed aggiungere un pizzico di sale e pepe.

Intanto in un tegame capiente immergete il miglio in 4 tazze di acqua fredda, cuocere per circa 10 minuti, quindi scolare e raffreddare sotto acqua corrente.


Appena la zuppa sarà cotta, frullare il tutto con un blender ad immersione, aggiungere il miglio e riporre sul fuoco per altri 10 minuti, servire caldissimo aggiungendo un filo di olio EVO a crudo.

PICCOLE NOTE

L'inverno è la stagione delle zuppe e questa zuppa vegetariana con piselli diventerà una delle vostre preferite. La cottura a fuoco lento è la chiave e permette davvero alle verdure di risaltare e rilasciare il loro sapore.

Questa zuppa vegetariana è sostanziosa e deliziosa servita con crostini o una fetta di pane artigianale rende questo pasto delizioso che piacerà a tutta la famiglia!

TEMPO DI PREPARAZIONE 10 MINUTI	TEMPO DI COTTURA 50 MINUTI	TEMPO TOTALE 60 MINUTI
---	--------------------------------------	----------------------------------

 RICETTA X 4 • CAL 300pp

