

ZUPPE E MINESTRE

Acquacotta dell'Umbria

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#) / [Umbria](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [bassa](#) PREPARAZIONE: [15 min](#) COTTURA: [30 min](#) COSTO:

[molto basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



INGREDIENTI

POMODORO PELATO 1 kg

CIPOLLE 4

MENTA 1 ciuffo

BRODO VEGETALE 1 tazza

PARMIGIANO REGGIANO 80 gr

SALE

L'**acquacotta** è un piatto appartenente alla tradizione contadina umbra realizzato con del semplice pane e pomodoro. Proprio nella realtà contadina hanno avuto origine piatti gustosissimi anche se realizzati con materie prime povere. Sebbene sia un piatto decisamente povero è ricco nel gusto e nel suo profumo.

PREPARAZIONE

1 Ecco gli ingredienti che vi serviranno per realizzare questa ricetta.



2 Tritate finemente le cipolle ed una decina di foglie di menta e mettetele, insieme ai pomodori pelati, tagliati a pezzi, in una pirofila di terracotta.



3 Versateci mezza tazza di brodo vegetale e regolate di sale.

Cuocete, a fiamma media, per circa trenta minuti, controllando che non s'asciughi troppo (in questo caso aggiungerete una parte del brodo rimasto).

Mettete, in ogni piatto fondo, una fetta di pane tostato, conditelo con un giro d'olio, sale e pepe.

Quando i pomodori saranno pronti, versateli nei piatti e guarnite con abbondante parmigiano.

CONSIGLI

Mia nonna la faceva solo con l'acqua senza brodo.

Trattandosi di ricette antiche ogni famiglia ha la sua versione. È un piatto ottimo anche solo con l'acqua.

Trattandosi di una zuppa è buona anche il giorno dopo?

Certo, lo è ancora di più!

Mi piacciono molto le zuppe e le minestre, mi suggeriresti altre ricette con verdure?

Prova la [minestra di pane](#) e [minestra di porri e lenticchie](#)