

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa d'orzo

LUOGO: Europa / Spagna

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

- 250 g di orzo integrale
- 250 g di ceci
- 1 cardo
- 1 rametto di menta
- 1 cucchiaino di paprika
- 1 pezzo di zucca gialla
- 1 piedino di maiale (tagliato in 4 pezzi)
- 200 g di rape
- sale

PREPARAZIONE

1 Mettete a bagno l'orzo per 15 minuti. In una pentola mettete i ceci, il piedino di maiale, le rape, il cardo, la zucca, l'orzo, il tutto ben coperto d'acqua fredda.

Ponete la pentola sul fuoco e lasciate cuocere a fuoco dolce. La preparazione deve restare piuttosto liquida. A metà cottura aggiungete la menta e la paprika. Verificate il sale e terminate la cottura.