

ZUPPE E MINESTRE

## Zuppa d'orzo e verdure

---

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    COSTO: [basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



Quando arriva l'autunno e i primi freddi iniziano a farsi sentire, si ha subito voglia di qualcosa di unico, di caldo, di confortevole. Ecco allora se siete in quei giorni lì vi proponiamo un piatto perfetto: la zuppa d'orzo e verdure è proprio ciò che ci vuole per far sì che ci si rimetta in pace col mondo magari dopo una giornata di lavoro pesante. Le verdure, gli ortaggi si sposano in maniera perfetta con l'orzo, pochi ingredienti fanno di questo piatto una portata semplice ma non banale. Il nostro consiglio è quello magari di usare un buon olio extravergine di oliva perché in piatti come questo fa davvero la differenza. Provate questa ricetta deliziosa e se amate questo genere di proposte, provate anche quest'altra ricetta: zuppa di [zucchine, porro e farro](#),

anche questa, da non perdere!

## INGREDIENTI

ACQUA

DADO VEGETALE 2

ORZO PERLATO 200 gr

PATATE 2

COSTE DI SEDANO 3

PORRI 2

CIPOLLA 1

SPICCHIO DI AGLIO 1

CAROTE 2

PREZZEMOLO un ciuffo -

SALE

PEPE NERO facoltativo -

SPECK in una sola fetta - 100 gr

## PREPARAZIONE

- 1 Quando volete preparare la zuppa d'orzo e verdure, prima di tutto preparate il brodo vegetale. Versate in una capiente casseruola l'acqua, aggiungete ad essa il dado vegetale e portate a bollore. Appena il brodo è pronto, abbassate la fiamma e iniziate ad aggiungere ad esso le verdure. Da prima pulite le patate privatele della buccia tagliatele a dadini e aggiungetele nella casseruola con il brodo caldo.



**2** Poi prendete le carote pulite, tagliatele a dadini e aggiungete anch'esse nella casseruola insieme alle patate.



**3** Con l'aiuto di un pelapatate eliminate i filamenti esterni del sedano, tagliatelo a rondelle sottili e aggiuntelo nella casseruola, insieme al resto delle verdure.



4 Pulite e affettate finemente anche i porri e aggiungeteli nella casseruola.



**5** Aggiungete alla zuppa anche uno spicchio d'aglio e un trito di cipolla.



6 Per rendere la zuppa d'orzo e verdure ancora più gustosa: prendete la fetta di speck,

tagliatela da prima a listarelle, poi a dadini e, aggiungete la dadolata di speck alla zuppa.



**7** Aromatizzate il tutto con un trito di prezzemolo.





**8** Infine versate nella casseruola insieme a tutte le verdure e agli aromi il farro perlato, aggiustate se necessario la zuppa d'orzo e verdure, con un pizzico di sale, portate a bollore e lasciate cuocere e restringere, a fuoco medio basso per circa 1 ora e 15 minuti.





- 9 Una volta trascorso il tempo di cottura, eliminate lo spicchio d'aglio dalla casseruola, servite la zuppa d'orzo e verdure bella calda e, se gradite anche con una macinata di pepe nero.



## CONSIGLIO

Al posto dell'orzo cosa potrei usare?

In questa zuppa rustica puoi usare tutti i cereali che vuoi, ci sta benissimo sia il farro che il riso

ad esempio.

**Me ne è avanzata una porzione, come potrei utilizzarla?**

Puoi tranquillamente lasciarla in frigorifero per un giorno, anzi il giorno come tutte le zuppe è ancora più buona!