

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa di ortiche

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

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



INGREDIENTI

600 g di ortiche (solo gli steli)
200 g di pomodori freschi
50 g di pancetta
olio extravergine d'oliva
mezza cipolla
sale.

PREPARAZIONE

- 1 Lavare e spezzettare gli steli di ortica. In alcune cucchiainate di olio soffriggere la pancetta con la cipolla affettata; appena saranno rosolati unire i pomodori tagliati a filetti e dopo circa 10 minuti mettere nel recipiente anche i gambi delle ortiche.
Salare, mescolare e cuocere a recipiente coperto, aggiungendo di tanto in tanto un poco di acqua calda. Servire la zuppa appena pronta.