

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa di verdura mista

di: *Cookaround*

LUOGO: *Asia / Afghanistan*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* PREPARAZIONE: *10 min* COTTURA: *40 min* COSTO: *basso*

REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

OLIO DI SEMI DI MAIS 3 cucchiaini da tavola

CIPOLLE grosse - 2

SALE ½ cucchiaini da tavola

ACQUA 1 l

PATATE medie - 2

CAROTE grosse - 2

SEDANO con foglie - 2 coste

PEPE NERO ¼ cucchiaini da tavola

CANNELLA macinata - ¼ cucchiaini da tavola

UOVA 1

PREZZEMOLO 2 cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

1 Scaldate l'olio in una padella, aggiungete le cipolle e 1/4 cucchiaino di sale, soffriggete il

tutto a fuoco moderato per 2 minuti.



- 2 Aggiungete le patate, le carote, il sedano, il sale rimanente, il pepe, la cannella e l'acqua, portate ad ebollizione.





3 Sobbollite la zuppa, coperta, per 30 minuti.

Quando è pronta per essere servita, colateci dentro l'uovo sbattuto con un movimento circolare.



4 Cospargete di prezzemolo, servite calda.