

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa piccante di zucchine con riso e lime

LUOGO: Nord America / Messico

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 13 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



La zuppa piccante di zucchine con riso e lime è davvero deliziosa. Perfetta per chi ama accostare ingredienti e sapori un po' inconsueti e inusuali. Perfetta per l'estate in quanto il lime dà certamente un tono fresco a tutto il piatto. Provatela, è buonissima!

INGREDIENTI

ZUCCHINE tagliate a pezzetti - 2
RISO A CHICCO LUNGO 4 cucchiari da tavola
BRODO DI POLLO (o di verdura o carne) - 1,2 l
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 2 cucchiari da tavola
SPICCHIO DI AGLIO 4
PEPERONCINO ROSSO DOLCE o 2 - 1 cucchiario da tavola
CUMINO in polvere - ½ cucchiari da tè
SALE
PEPE NERO
ORIGANO fresco per guarnire -
LIME a spicchi -

PREPARAZIONE

- 1 Scaldate l'olio in una padella dal fondo pesante, aggiungete l'aglio e soffriggetelo per circa un minuto fino a che inizia a cambiare colore.

Aggiungete il peperoncino in polvere e il cumino e cuocete a fuoco medio-basso per un minuto.



- 2 Aggiungete il brodo, le zucchine ed il riso, quindi cuocete a fuoco medio fino a che le zucchine risultino morbide ed il riso cotto (circa 10). Insaporite con sale e pepe.





- 3 Distribuite la zuppa in scodelle da minestra, guarnite con origano e servite, a piacere, con spicchi di lime.