

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa pizzichina di mele e zucca

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 10 min COTTURA: 60 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

800 g di zucca
3 mele staymen
1 mela golden
2 porri
2 cucchiaini di curry
1 cucchiaino di peperoncino in polvere
1 l di brodo (anche di dado)
olio extravergine d'oliva
sale e pepe.

PREPARAZIONE

1 In una padella capiente fate soffriggere i porri con l'olio e un cucchiaio d'acqua, sino a che diventano morbidi.

Unite a questo punto il curry e il peperoncino in polvere e proseguire la cottura per altri

cinque minuti.

Bagnate con metà del brodo e unite la zucca tagliata a dadini medi e le mele a spicchietti. Cuocete a fuoco vivo sino a ebollizione, poi abbassate la fiamma e proseguite la cottura per circa 40-45 minuti, sino a quando la zucca sarà tenera.

Passate le verdure al mixer a immersione e riducete il tutto a crema.

Riportate la pentola sul fuoco, aggiungete il resto del brodo e fate cuocere dolcemente per altri 10 minuti.