

ZUPPE E MINESTRE

# Zuppa tiepida al pomodoro

---

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [bassa](#)    PREPARAZIONE: [10 min](#)    COTTURA: [25 min](#)    COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [facile](#)

---



## INGREDIENTI

POMODORI 400 gr

BASILICO 1 mazzetto

CIPOLLE 1

PANE INTEGRALE 90 gr

BRODO VEGETALE 1 l

Se cercate un piatto sano equilibrato e gustoso, vi proponiamo la ricetta della **zuppa tiepida al pomodoro**. Buona facile e decisamente ideale nelle sere d'estate. Vi bastano pochi ingredienti ma di grande qualità per ottenere un piatto strepitoso, dal gusto e dal profumino eccellente. Se amate le minestre anche d'estate, vi proponiamo una molto saporita e leggera: [crema di cetrioli](#), semplice e buonissima!

# PREPARAZIONE

**1** Per fare la zuppa tiepida al pomodoro per prima cosa sbucciate, pulite la cipolla e tritatela grossolanamente.

Pulite i pomodori, sbollentateli in acqua bollente per pochi secondi e privateli della pelle e dei semi, quindi tagliateli a dadini.

Trasferite la cipolla e i pomodori in una casseruola e fateli rosolare in poco olio.



**2** Quando la cipolla inizia a prendere colore, versatevi il brodo e lasciate cuocere per circa 10 minuti.



- 3 Trascorsi 10 minuti, unite il basilico ben lavato e il pane integrale a pezzi e continuate a cuocere per altri 10 minuti.



- 4 A questo punto frullate tutto con l'ausilio di un frullatore ad immersione e insaporite con sale e pepe.



5 Servite in una zuppiera condendo la zuppa con un filo d'olio e delle foglioline di basilico.