

ZUPPE E MINESTRE

Vellutata di finocchi

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **molto bassa** PREPARAZIONE: **10 min** COTTURA: **30 min** COSTO:
molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: **molto facile**



La ricetta di oggi è di una morbidezza e delicatezza unica: la vellutata di Finocchi. Stiamo parlando di un **primo piatto** economico e molto appagante, che fonde **sapori raffinati** ottenuti cucinando degli **ingredienti di origine povera**. I **finocchi freschi** donano una **leggera dolcezza** alla vellutata che viene sostenuta dall'aggiunta di qualche patata.

Presentata con cura, la **vellutata di finocchi** trasforma l'ordinario in straordinario, infatti non diresti mai che con questi ingredienti potresti riuscire anche ad allestire **un buon pranzo con ospiti**. Accompagna la vellutata di finocchi con **frutta secca tritata** o con **crostini croccanti** o **fette di pane integrale abbrustolite**

e tagliate a cubetti.

Segui la nostra ricetta con dettagliato passo passo fotografico per portare in tavola una fumante scodella di cremosa vellutata di finocchi.

Ecco altre ricette che potrebbero piacerti:

[Finocchi in padella](#)

[Finocchi gratinati](#)

[Minestra con patate, sedano e carote](#)

[Vellutata di cavolfiore](#)

[Vellutata di porri e patate](#)

INGREDIENTI PER LA VELLUTATA

FINOCCHI 2

PATATE 2

CIPOLLA 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

SALE

PEPE NERO

INGREDIENTI PER ARRICCHIRE LA

VELLUTATA

GHERIGLI DI NOCI 40 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

PREPARAZIONE

- 1** Ecco come cucinare in poco tempo e senza problemi una cremosa e densa vellutata di finocchi: Lava i finocchi, eliminane la parte verde, infine tagliali a pezzi scartando la parte esterna se è troppo dura o rovinata. Lava e pela le patate, sciacquale e tagliale a tocchetti.





- 2 Pulisci e affetta una cipolla dorata, falla appassire in una casseruola su fuoco a fiamma dolce e, quando diventa trasparente, aggiungi le patate e i finocchi, infine copri le verdure con il brodo vegetale.





3 Copri la casseruola con il coperchio e lascia sobbollire per circa 30 minuti o, comunque,

fino a quando patate e finocchi non saranno morbidi.



- 4 Frulla la verdura con un frullatore ad immersione, devo ottenere una crema vellutata. Arricchisci la vellutata di finocchi con della panna fresca liquida, aggiusta di sale e pepe e lascia restringere fino a raggiungere la cremosità che più ti piace. Impiatta la vellutata ben calda e su ogni piatto rompi dei gherigli di noce. Servi con un filo d'olio extravergine a crudo.





CONSIGLIO

Se non gradisci le noci puoi donare una nota croccante anche con della granella di nocciole tostate o con i classici crostini di pane tostati in padella con un filo d'olio. Per una nota di acidità puoi invece arricchire il piatto con una quenelle di yogurt greco.

CONSERVAZIONE

Conserva la vellutata per un paio di giorni dentro ad un contenitore ben chiuso.