

PRIMI PIATTI

# Vellutata di porri e patate

---

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#)    PREPARAZIONE: [15 min](#)    COTTURA: [30 min](#)    COSTO:  
[molto basso](#)    REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)

---



La **Vellutata di porri** è la regina delle cene invernali: una carezza calda per il palato, perfetta quando si ha voglia di un **comfort food** avvolgente ma si ha la necessità di **stare leggeri dopo le feste**. Questa preparazione classica unisce la dolcezza dei porri alla cremosità delle patate, creando una **zuppa vellutata** che piace anche a chi solitamente storce il naso davanti alle verdure.

Se ami servire queste creme con un tocco croccante, la versione classica della [Vellutata di porri con crostini](#) è quella che fa per te. Ma il porro è un ingrediente incredibilmente versatile: se cerchi un piatto unico più sostanzioso e rustico, puoi

provare la ricca [Minestra di porri e lenticchie](#) o l'abbinamento di mare nel [Baccalà con porri e patate](#). Ti piace il sapore deciso di questo ortaggio ma preferisci il riso? Il [Risotto porri e zafferano](#) è un'alternativa elegante e profumatissima.

Per chi invece è in piena fase detox e cerca altre idee per una **minestra** o una crema salutare da alternare a questa, le opzioni sono tantissime: dalla delicata [Vellutata di finocchi](#) alla nutriente [Vellutata di cavolfiore](#), fino alla coloratissima [Vellutata di ceci e carote](#).

## INGREDIENTI PER LA VELLUTATA DI PORRI

PORRI pesati puliti, solo la parte bianca e verde chiaro - 400 gr  
PATATE meglio se a pasta gialla o farinose - 400 gr  
BRODO VEGETALE 800 ml  
PANNA FRESCA 60 gr  
PARMIGIANO REGGIANO GRATTUGIATO 40 gr  
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)  
SALE  
PEPE NERO

## INGREDIENTI PER SERVIRE LA VELLUTATA DI PORRI E PATATE

CROSTINI DI PANE Tostati -  
ORIGANO FRESCO

## PREPARAZIONE DELLA VELLUTATA DI PORRI E PATATE

- 1 Elimina la parte verde più scura e dura dei porri (non buttarla, usala per fare il brodo!) e la radichetta finale. Togli la prima foglia esterna. Taglia il porro a rondelle sottili di circa mezzo centimetro.

**Consiglio:** Lava le rondelle accuratamente sotto l'acqua corrente e scolale bene: i porri tendono a nascondere terra tra gli strati interni!



- 2 Sbuccia le patate, lavale e tagliale a cubetti piccoli e regolari. Più piccoli sono, prima cuoceranno.





- 3** In una casseruola capiente scalda un giro d'olio extravergine. Aggiungi i porri tagliati e falli rosolare a fiamma dolce per circa 5 minuti.

**Mescola spesso:** il porro deve appassire e diventare lucido, ma non deve bruciare (diventerebbe amaro). Se serve, aggiungi un cucchiaio di brodo per stufarli dolcemente.

Aggiungi i cubetti di patate nella pentola e falli insaporire con i porri per un minuto, mescolando. Copri tutto con il brodo vegetale caldo (o l'acqua salata) fino a coprire le verdure a filo. Metti il coperchio e lascia cuocere a fuoco medio-basso per circa 20 minuti.

**La prova del nove:** Le verdure sono pronte quando schiacciando un cubetto di patata contro il bordo della pentola, questo si spappola senza resistenza.





**4** Spegni il fuoco. Con il frullatore a immersione, frulla tutto direttamente nella pentola fino a ottenere una crema liscia, omogenea e senza grumi.

Aggiungi ora la panna fresca e il parmigiano grattugiato. Mescola bene (o dai un'altra frullata veloce) per emulsionare e rendere tutto lucido e setoso. Assaggia e regola di sale

e pepe.



- 5 Servi la vellutata ben calda. Completa ogni piatto con un giro d'olio a crudo, una spolverata di origano fresco (o timo) e abbondanti crostini di pane croccante per dare quella nota "crunchy" indispensabile.





## IDEE ALTERNATIVE

**Versione senza glutine:** La ricetta base è naturalmente gluten-free (se usi patate come addensante); fai solo attenzione a servire la vellutata con crostini di pane senza glutine.

**Versione senza lattosio:** Sostituisci il latte o la panna con brodo vegetale o una bevanda di soia non zuccherata; la cremosità sarà data dalle patate frullate.

**Versione light:** Elimina totalmente la panna e il soffritto iniziale; cuoci le verdure direttamente nel brodo per un piatto ipocalorico ma gustoso.

**L'idea vegana:** Ometti il Parmigiano Reggiano finale e usa lievito alimentare in scaglie per dare sapidità, oppure aggiungi una manciata di anacardi frullati per una consistenza "formaggiosa".

**L'idea WOW:** Guarnisci il piatto con delle striscioline di speck croccante rosolato in padella o con un filo di olio al tartufo per un contrasto di sapori indimenticabile.

## TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

**Trucco per una riuscita sicura:** Il soffritto dei porri deve essere dolce e lento. Se il porro brucia o frigge troppo forte, diventerà amaro e rovinerà tutta la vellutata. Aggiungi un goccio d'acqua se vedi che l'olio sfrigola troppo.

**Lo sfizio in più:** Aggiungi una patata dolce a pasta arancione insieme a quelle classiche; darà un colore più caldo e una dolcezza particolare.

**L'idea per i bambini:** I bambini spesso non amano i "fili". Frulla la vellutata alla massima potenza per molto tempo finché non diventa liscia come una crema dessert e servila con crostini a forma di stellina.

**Idea antispreco:** Non buttare la parte verde scura dei porri! Anche se è più dura, è ricchissima di sapore. Lavala bene, tagliala sottile e usala per fare un brodo vegetale o friggila per una decorazione croccante da mettere sopra la zuppa.

## COME SI CONSERVA LA VELLUTATA DI PORRI E PATATE

La Vellutata di porri si conserva in frigorifero, in un contenitore ermetico, per 2-3 giorni. Tieni presente che le patate tendono ad addensare molto il composto riposando: quando la riscaldi, aggiungi un mezzo bicchiere d'acqua o latte e mescola bene con una frusta. Puoi anche congelarla in monoporzioni per averla pronta nelle sere in cui non hai tempo di cucinare.