

ZUPPE E MINESTRE

Vellutata di zucchine e patate

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 25 min COSTO:
molto basso



Amiamo le vellutate: sono [primi piatti](#) emplici da realizzare, scaldano cuore e pancia e riescono a far mangiare le verdure anche a chi non le ama particolarmente. Ecco un'altra semplicissima vellutata di zucchine e patate, perfetta per una cenetta estiva se gustata fredda o a temperatura ambiente oppure calda per le serate invernali e autunnali. E' un primo piatto digeribile: ottimo se servito con crostini di pane. Con la vellutata di zucchine e patate potrete gustare le zucchine in modo diverso dal solito. Scoprite anche altre vellutate di verdure per tutte le stagioni!

[Vellutata di zucchine con crostini al parmigiano](#)

[Vellutata di porri e patate](#)

[Vellutata di carote](#)

[Vellutata di zucchine al basilico](#)

INGREDIENTI

ZUCCHINE 1 kg

PATATE 600 gr

SALE FINO

SCALOGNO 30 gr

ACQUA 900 gr

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 40

gr

PREPARAZIONE

- 1 Lavare le patate, sbuciarle e tagliarle a dadini. Fate lo stesso con le zucchine dopo averle lavate e spuntate.





2 Affettare lo scalogno e versarlo in una casseruola dai bordi alti. Condire con olio extravergine d'oliva e cuocere per 3-4 minuti, o fino a quando lo scalogno non sarà appassito. Mescolare di tanto in tanto. Versare patate e zucchine e lasciare rosolare a fiamma vivace per 5 minuti, rimestando di tanto in tanto.





3 Aggiungere un pizzico di sale e mescolare, poi unire l'acqua e cuocere per 20 minuti a fiamma media.





4 Frullare il tutto con un mixer a immersione per qualche secondo così da ottenere una vellutata di zucchini e patate perfettamente liscia. Servire la vellutata di patate con un filo d'olio extravergine d'oliva a crudo e qualche crostino.





CONSERVAZIONE

Conservare la vellutata di zucchini in frigorifero per 1-2 giorni al massimo. Prima di essere servita la vellutata di zucchini e patate andrà scaldata sul fuoco, o lasciata a temperatura ambiente per circa mezz'ora se consumata fredda. Si sconsiglia la congelazione.

CONSIGLIO

Potete utilizzare le zucchini che preferite, ma dovranno essere fresche e sode al momento dell'acquisto. Per rendere il piatto più cremoso potete aggiungere due cucchiari di panna fresca prima di servire. La vellutata di zucchini e patate può essere servita anche fredda, soprattutto nelle giornate più calde dell'estate.