

PRIMI PIATTI

Zuppa di miso: il comfort food giapponese pronto in pochi minuti

LUOGO: [Asia](#) / [Giappone](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COTTURA: [20 min](#) COSTO:

[basso](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



INGREDIENTI PER LA ZUPPA DI MISO

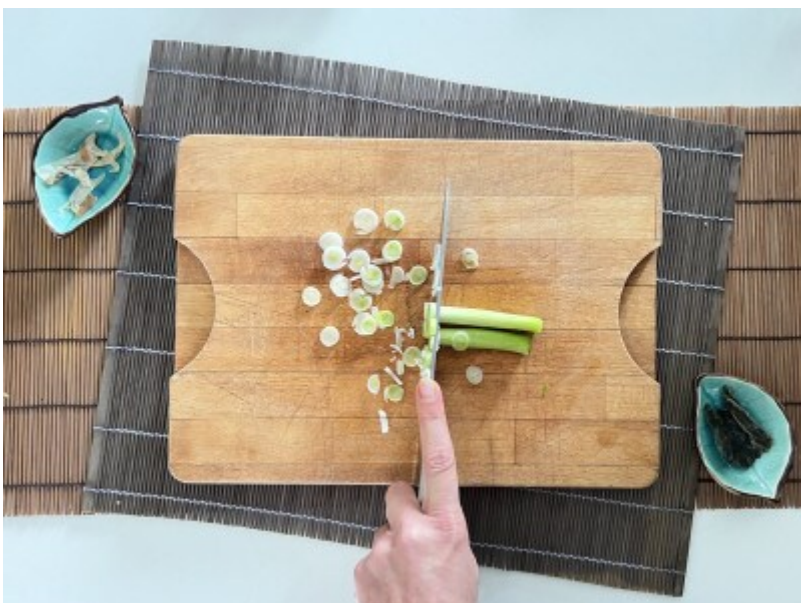
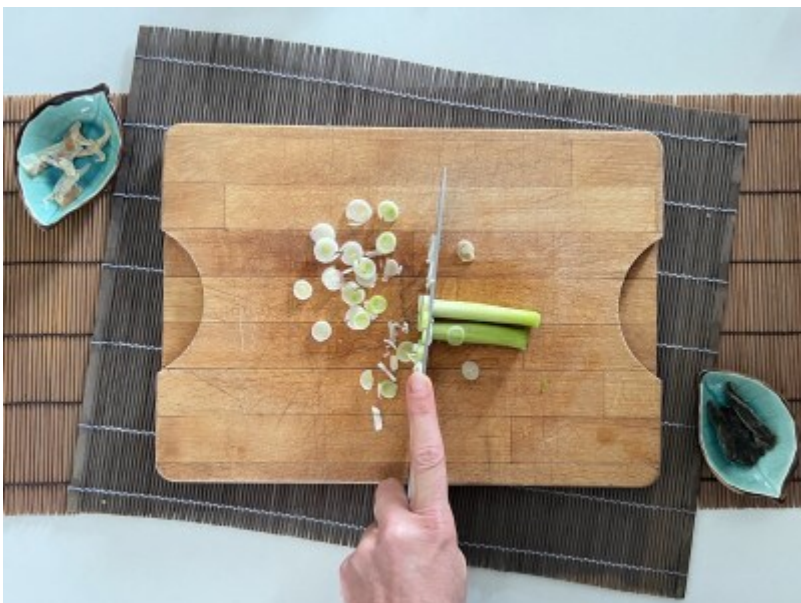
ACQUA 1 l
ALGA KOMBU 15 gr
KATSUOBUSHI 30 gr
CIPOLLOTTI 2
MISO 30 gr
TOFU 100 gr

Scopri la [ricetta](#) originale della zuppa di miso, perfetta per un [antipasto](#) caldo e saporito. Con pochi ingredienti e semplici passaggi, puoi preparare una [deliziosa zuppa giapponese](#) in casa.

COME FARE LA ZUPPA DI MISO

- 1 Versa l'acqua in un pentolino e aggiungi l'alga kombu. Porta a ebollizione e lascia cuocere per 15 minuti. Nel frattempo, taglia i cipollotti a rondelle sottili e il tofu a cubetti.







2 Aggiungi il katsuobushi al brodo e lascia sul fuoco per altri 5 minuti, poi spegni e filtra il brodo.





3 Tieni da parte un mestolo di brodo, rimetti il resto sul fuoco e aggiungi i cipollotti,

lasciandoli cuocere per un paio di minuti.





- 4 Sciogli il miso nel brodo messo da parte e uniscilo al resto. Aggiungi il tofu, fai insaporire per 1 minuto e servi la zuppa ben calda.





VUOI UNA ZUPPA LEGGERA E SAPORITA? PROVA LA ZUPPA DI MISO!

La **zuppa di miso** è uno dei piatti più iconici della cucina giapponese, servita tradizionalmente come antipasto in ogni pasto. Preparata con **dashi** (brodo giapponese), **pasta di miso** e ingredienti semplici come tofu e cipollotti, questa zuppa è ricca e saporita, dal gusto avvolgente. Facile e veloce da preparare, è perfetta per riscaldarsi nelle giornate fredde o per accompagnare un pasto leggero e salutare.

TRUCCHI, CONSIGLI E RIDUZIONE DELLO SPRECO ALIMENTARE

Miso perfetto: Non far bollire il miso, altrimenti perderà le sue proprietà nutritive e il sapore delicato.

Brodo dashi: Puoi prepararlo con alga kombu e katsuobushi o usare il granulare per una versione più veloce.

Riduzione dello spreco: Se avanza, conserva la zuppa senza miso e aggiungilo solo al momento di servire.

Varianti: Aggiungi funghi shiitake, daikon o carote per un tocco di sapore extra.

CONSERVAZIONE

La zuppa di miso si conserva in frigorifero per 1-2 giorni, meglio se senza miso, da aggiungere solo al momento di riscaldarla. Si sconsiglia la congelazione.

POTRESTI CUCINARE ANCHE...

Ramen giapponese: una zuppa ricca e saporita con noodles.

Tofu marinato: un secondo piatto che ci sta benissimo con la zuppa di miso.

Onigiri: triangoli di riso perfetti da accompagnare alla zuppa.

Tempura croccante: un antipasto giapponese irresistibile.

Gyoza giapponesi: ravioli ripieni da servire con salsa di soia.