

PRIMI PIATTI

# Zuppa di zucca e mascarpone

---

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

DOSI PER: [4 persone](#)    DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#)    PREPARAZIONE: [15 min](#)    COTTURA: [60 min](#)    COSTO:

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

---



La **zuppa di zucca e mascarpone** è un piatto caldo e cremoso, perfetto per le giornate fredde. Si tratta di una [zuppa](#) a base di delicata **polpa di zucca**, frullata e arricchita con una deliziosa e ricercata quenelle di [mascarpone](#). La **zuppa di zucca** con mascarpone è facile da preparare e ha un sapore dolce e delicato, che si può personalizzare a piacere con spezie, erbe aromatiche e servire in tavola accompagnata da deliziosi [crostini](#) fritti o tostati al forno.

**Segui la nostra ricetta con passo passo fotografico** per realizzare con facilità questa deliziosa e calda zuppa di zucca con quenelle di mascarpone.

Se ami le zuppe, ecco alcune ricette che potrebbero

piacerti:

[Passatelli in brodo](#)

[Vellutata di ceci con cipolle e pane tostato](#)

[Vellutata di cavolfiore](#)

[Zuppa di legumi](#)

[Zuppa di ceci](#)

## INGREDIENTI PER IL BRODO

CAROTE 3

COSTA DI SEDANO 2

CIPOLLA DORATA 1

PREZZEMOLO 1 ciuffo

SALE

PEPE NERO IN GRANI

ACQUA 2 l

## INGREDIENTI PER LA ZUPPA

ZUCCA pulita - 600 gr

CIPOLLA DORATA 1

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 3  
cucchiari da tavola

SALE

PEPE

RAMETTO DI ROSMARINO 1

## INGREDIENTI PER LA QUENELLE DI

### MASCARPONE

MASCARPONE 2 cucchiari da tavola

PARMIGIANO REGGIANO

GRATTUGIATO 30 gr

LATTE 30 ml

SALE

## PREPARAZIONE

**1** Per preparare la zuppa di zucca con quenelle di mascarpone, parti da un buon brodo

vegetale: pulisci sedano e carote e tagliali a grossi pezzi. Raccogli i gambi di prezzemolo e separali dalle foglie.



- 2** Pulisci una cipolla e tagliala a metà, falla dorare in una padella antiaderente senza aggiungere grassi. In una pentola versa l'acqua. Aggiungi le carote, il sedano e i gambi di prezzemolo.







**3** Unisci la cipolla dorata, il sale e i grani di pepe. Poni la pentola sul fuoco e lascia sobbollire per circa un'ora. Quando il brodo sarà pronto filtra con un colino.







4 Prendi la zucca e tagliala a metà e poi in quarti. Privala di semi e buccia, infine taglia la

polpa a cubetti. Trita grossolanamente una cipolla dorata e falla rosolare in una padella con dell'olio extravergine d'oliva e un rametto di rosmarino.

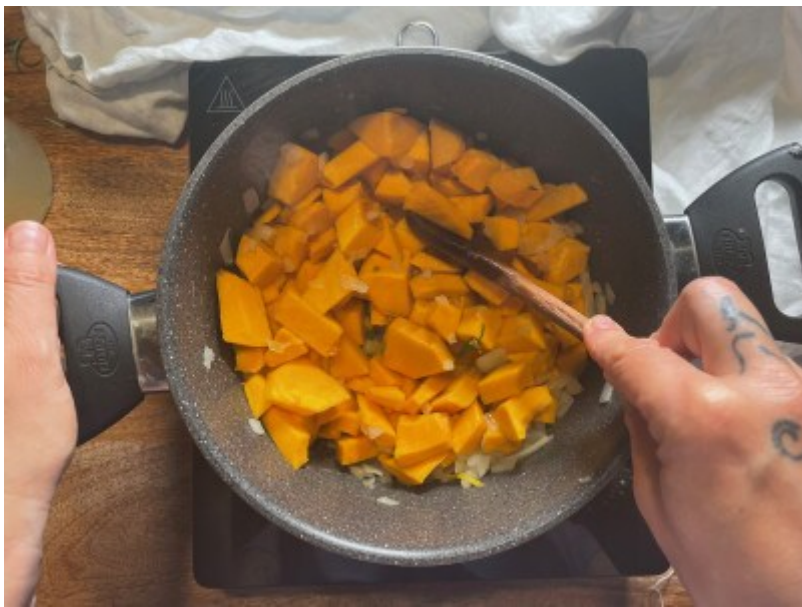






- 5 Aggiungi nella casseruola i cubetti di zucca, lascia insaporire per un paio di minuti e coprila con il brodo vegetale. Cuoci, a fuoco medio, fino a quando la zucca non diventa morbida aggiungendo, se necessario, altro brodo vegetale. Elimina il rametto di rosmarino e frulla fino ad ottenere una crema.







6 Prepara la quenelle al mascarpone mescolandolo il parmigiano grattugiato con il latte e il pepe, in una ciotola.







7 Non ti resta che versare la crema di zucca ancora fumante in una zuppiera o in una ciotola



e guarnirla con le quenelle di mascarpone, create con due cucchiaini. Ancora una spolverata di pepe, un giro d'olio a crudo e porta in tavola questa cremosissima zuppa



## CONSERVAZIONE

Puoi conservare la zuppa in frigo per un paio di giorni, ma la guarnizione al mascarpone ti consiglio di prepararla all'ultimo momento.

## CONSIGLIO

Per una zuppa ancora più cremosa aggiungi una patata da cuocere e frullare con la zucca.

Accompagna la zuppa con del buon pane casereccio fatto abbrustolire al forno con un filo d'olio.