

ZUPPE E MINESTRE

## Consommè di miso

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: molto bassa    REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



### INGREDIENTI

- 1 cucchiaio di farina di frumento  
leggermente setacciata
- 3 cucchiaini di latte di soia
- 1 uovo
- 1 cucchiaio di olio di mais
- 1 carota
- 1 cucchiaio di miso d'orzo (mugi miso)
- 1 cipolla
- 2 alghe kombu
- 2 cucchiaini di gomasio
- sale
- 1 litro d'acqua.

### PREPARAZIONE

- 1 Preparete anzitutto una pastella per crêpe mescolando in una ciotola la farina, l'uovo, il latte e l'olio. Con la pastella ottenuta preparate tre crêpe e tagliatele a bastoncini sottili.

Bollite quindi a fuoco lento e pentola coperta per una decina di minuti in un litro d'acqua la carota grattugiata, la cipolla finemente affettata e le alghe kombu preventivamente lavate, lasciate in ammollo e tagliate a fette.

**2** Aggiungete anche il miso stemperato in un poco di brodo e, dopo ancora un minuto di cottura, togliete dal fuoco. Versate infine il consommè nelle tazze e coprite con i bastoncini di crêpe e gomasio.