

ZUPPE E MINESTRE

Crema di cetrioli

di: *Cookaround*

LUOGO: **Europa / Italia**

DOSI PER: **4 persone** DIFFICOLTÀ: **bassa** PREPARAZIONE: **5 min** COTTURA: **15 min** COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**



INGREDIENTI

CETRIOLI 6

LATTE INTERO 1 bicchiere

SALE

MENTA e/o basilico -

Se amate i piatti leggeri ma gustosi, vi diamo un ottimo consiglio! Provate questa **crema di cetrioli fresca**, dissatente e depurativa, perfetta anche per una sera d'estate a cena in quanto può essere tranquillamente consumata anche tiepida o fredda. Un piatto unico delizioso se ci aggiungete una spolverata di parmigiano è perfetta anche messa all'interno di bicchierini come finger food. Provate questa ricetta facile e veloce e vedrete che buona! Se amate molto il sapore del cetriolo, vi proponiamo anche un'altra idea da non perdere: [insalata con mais](#) e cetrioli, freschissima!

PREPARAZIONE

- 1 Quando volete fare la crema di cetrioli, spuntate, sbucciate e sciacquate questi ultimi, quindi tagliateli in dadi.

Raccogliete i cetrioli in una casseruola e copriteli a filo con dell'acqua; aggiungete sale a sufficienza.



- 2 Bollite il tutto per circa 15 minuti o fino a quando i cetrioli saranno ben cotti.

Riducete la minestra in crema con l'ausilio di un frullatore ad immersione.



3 Una volta frullato il tutto, aggiungete un bicchiere di latte e regolate nuovamente di sale.



4 Riponete la crema in frigorifero, questa, infatti, va servita fredda di frigorifero.

Decorate ciascun piatto da portata con foglie di menta o basilico.