

ZUPPE E MINESTRE

Crema di zucca al miso

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

500 g di zucca
3 cipolle
100 g di fagiolini
2 cucchiai di miso
2 cucchiai di olio extravergine d'oliva
prezzemolo.

PREPARAZIONE

1 Pulite e affettate le cipolle e fatele quindi saltare nell'olio. Aggiungete la zucca tagliata a cubetti e cuocete per 15 minuti a pentola coperta unendo un poco d'acqua. Cuocete a parte i fagiolini nell'acqua e quindi scolateli. Poi uniteli alla zucca e mettete tutto in un frullatore, in modo da ottenere una crema. Ora mettete la crema ottenuta in pentola, aggiungete circa 1 litro d'acqua e cuocete a fuoco bassissimo per 5 minuti. Poi aggiungete il miso, stemperato in un poco di brodo e, dopo un altro minuto di cottura, togliete dal fuoco. Spolverate di prezzemolo tritato e fate riposare una decina di minuti prima di portare in tavola.