

ZUPPE E MINESTRE

Minestra di lenticchie di nonna Teresa

di: *Chiaragiubbo*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *molto bassa* PREPARAZIONE: *10 min* COTTURA: *45 min* COSTO:
molto basso REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



La nonna è sempre la nonna ed i piatti che prepara la nonna sono inimitabili per antonomasia. E' proprio il caso della minestra di lenticchie di nonna Teresa che la nostra Chiaragiubbo ha voluto condividere con noi. Sapori autentici e mai passati di moda.

INGREDIENTI

LENTICCHIE 400 gr
POMODORI 3
SPICCHIO DI AGLIO 2
ORIGANO ESSICCATO 1 rametto
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4
cucchiaini da tavola

SALE

PREPARAZIONE

- 1 Lavate le lenticchie e cuocetele in acqua per circa 30 minuti da quando iniziano a bollire.

Nel frattempo sbucciate l'aglio e tritatelo.



- 2 Unite l'aglio alle lenticchie.

Tagliate i pomodori freschi o se non li avete vanno bene anche i pelati in pezzetti ed unite anch'essi alla pentola con le lenticchie.



- 3 Sfogliate il rametto di origano secco facendo ricadere le foglioline direttamente nella pentola e mescolate per amalgamare gli ingredienti ed i sapori.

Quando il pomodoro risulta disfatto e il brodo assume un colore uniforme, aggiungere il

sale e spegnere.



- 4 Coprite e lasciate insaporire la zuppa per una decina di minuti: il pomodoro dovrà risultare completamente disfatto e il brodo deve assumere un colore uniforme.

Regolate la preparazione di sale.



- 5 Servite la zuppa ben calda ultimandola con un bel giro d'olio extravergine d'oliva a crudo ed una macinata di pepe nero fresco.

