

ZUPPE E MINESTRE

Minestra vegetale

LUOGO: Europa / Italia

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



INGREDIENTI

- 2 zucchine
- 2 carote
- brodo vegetale o di dado
- aglio
- olio
- cipolla
- sale
- 3 pomodorini
- 3 nidi di capellini o spaghetti di soia.

PREPARAZIONE

- 1 Far rosolare aglio, olio e cipolla, unire poi i pomodorini tagliati a quadrettini, le carote e le zucchine alla julienne e cuocere per 5 minuti.
- 2 Unire poi il brodo e trasferire il tutto in un tegame per minestra, cuocere per 12 minuti a fuoco medio, quando il brodo bolle aggiungere i capellini e portare a cottura.