

ZUPPE E MINESTRE

Zuppa di legumi, cereali con pancetta e zucchine

di: *trinity*

LUOGO: *Europa / Italia*

DOSI PER: *4 persone* DIFFICOLTÀ: *bassa* COSTO: *basso* REPERIBILITÀ ALIMENTI: *facile*



INGREDIENTI

250/300 g di misto di legumi e cereali
(lenticchie rosse
lenticchie verdi fagioli rossi fagioli
cannellini
tanto orzo perlato
farro
pisellini secchi)
150 g di pancetta dolce
200 g di zucchine
olio extravergine d'oliva
1 dado
acqua q.b.

PREPARAZIONE

1 Lasciare in ammollo il misto di legumi e cereali per circa 4 ore.



2 Passare in padella la pancetta tagliata a pezzetti con un po' d'olio extravergine d'oliva.



3 Aggiungere le zucchine tagliate a pezzetti e lasciar insaporire per alcuni minuti.



4 Poi ho aggiunto il misto di legumi e cereali e ho fatto insaporire per cinque minuti.



5 Quindi, aggiungere più o meno un litro e mezzo d'acqua in due volte e il dado.



6 Lasciar cuocere a fuoco moderato per un'ora.

