

ZUPPE E MINESTRE

# Zuppa di ortica e orzo

LUOGO: Europa / Italia / Trentino-Alto Adige

DOSI PER: 4 persone    DIFFICOLTÀ: molto bassa    COSTO: basso    REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



## INGREDIENTI

200 g di cime d'ortica  
500 g di polpa di montone oppure di pecora  
150 g di orzo  
2 porri  
1 patata  
sale e pepe.

## PREPARAZIONE

**1** Mettere in una pentola con 2 litri di acqua la carne e l'orzo e far bollire per circa un'ora e mezzo.

Aggiungere le cime d'ortica, i porri e le patate tagliate a listerelle e lasciare ancora sobbollire fino a quando la carne risulterà morbida.

Tagliare quindi la carne a pezzetti e rimetterla nella zuppa. Servire ben calda.