

ZUPPE E MINESTRE

# Chortosoupa - Zuppa di verdura

di: *Cookaround*

---

LUOGO: **Europa / Grecia**

DOSI PER: **4 persone**    DIFFICOLTÀ: **bassa**    PREPARAZIONE: **15 min**    COTTURA: **20 min**    COSTO: **basso**

REPERIBILITÀ ALIMENTI: **facile**

---



La **zuppa di verdura**, tanto diffusa nella bella Grecia, non si risparmia in gusto e colore. Bella da vedere e ottima da mangiare, è un piatto genuino perfetto per chi segue una dieta vegetariana e salutare ma anche per chi vuole portare in tavola le verdure di stagione. La sua preparazione è davvero semplice e ricca di gusto ed è per questo che bisogna assolutamente provarla. Un piatto perfetto anche per chi sta a dieta o vuole seguire uno stile di vita sano ed equilibrato. Davvero ottima questa zuppa che è poi un ottimo punto di partenza dal quale si possono ottenere diverse varianti in base anche alla

verdura di stagione. Provate questa versione molto saporita e se amate le verdure, provate anche il [minestrone](#) alla nostra maniera.

## INGREDIENTI

PATATE 3

CIPOLLE 1

CAROTE 3

SEDANO 2 coste

POMODORI 2

ZUCCHINE 2

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 4

cucchiaini da tavola

SALE

PEPE NERO

## PREPARAZIONE

**1** Per fare questa zuppa di verdura, pulite le patate e tagliatele in cubetti piccoli. Fate lo stesso con le zucchine e le carote.

Tagliate la cipolla a fettine e i pomodori in piccoli pezzetti, dopo aver tolto la buccia e i semi. Mettete tutti gli ingredienti nella casseruola con tanta acqua da ricoprire quasi completamente le verdure.



2 Aggiungete olio, sale e pepe.



3 Lasciate bollire per 20 minuti.

Appena prima di servire aggiungete succo di limone a piacere.

CONSIGLIO