



Minestrone

Ricetta di V-ZUG SA



Preparazione	50 Min.
Tempo di cottura	30 Min.
Porzioni	4

Preparazione

- 2 carote
- 6 coste di sedano
- 3 zucchina
- 2 Patate
- 6 spicchi d'aglio
- 2 cipolle
- 200 g di pancetta

Lavare, pelare e tagliare finemente le verdure e le patate. Sbucciare gli spicchi d'aglio e tagliarli finemente. Sbucciare le cipolle e tagliarle a pezzi. Tagliare la pancetta a strisciole sottili o a dadini.

- 1 CM di olio d'oliva
- 1 CM di concentrato di pomodoro
- 400 g di pomodori pelati, a cubetti
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 1½ l di brodo vegetale
- 100 g di fagioli borlotti, in scatola
- 80 g di spaghetti
- 1 manciata di scaglie di parmigiano

Tritare una manciata di prezzemolo e metterlo da parte per la guarnizione. Legare il resto del mazzetto con un elastico.

Scaldare l'olio nel wok e rosolarvi la pancetta. Aggiungere le carote, le coste di sedano, l'aglio e le cipolle e soffriggere. Aggiungere il concentrato di pomodoro e soffriggere brevemente tutto insieme. Aggiungere le patate, i pomodori pelati, il mazzetto di prezzemolo e il brodo vegetale e portare la minestra a ebollizione.

Cuocere la minestra a fuoco basso per circa 30 minuti.





Stendere gli spaghetti su un panno, arrotolarlo e spingerlo oltre il bordo del tavolo per spezzare gli spaghetti in modo uniforme. Aggiungere le zucchine, i fagioli borlotti e gli spaghetti, portare a ebollizione la minestra, quindi abbassare il fuoco. Cuocere la minestra a fuoco basso per il tempo di cottura degli spaghetti. Al termine rimuovere il mazzetto di prezzemolo.

Servire la minestra con il prezzemolo tritato e il parmigiano.

Accessori

Wok

