



Minestrone de Ticino

Receta de V-ZUG AG



Preparación	30 Min.
Tiempo de cocción	30 Min.
Porciones	4

Un contundente minestrone al estilo del Ticino, como se sirve en un grotti tradicional: cocido a fuego lento, rico en verduras, hierbas y alubias que aportan un calor reconfortante.

Minestrone

50 g tomates secos al sol en aceite, 1 cucharada de aceite, tomates en tiras finas

200 g tocino entreverado, en tiras

2 cebollas, finamente picado

1 diente de ajo, finamente picado

250 g patata, en cubos de aproximadamente 1 cm

150 g zanahorias, en pequeños cubos

150 g puerro, en tiras finas

120 g apio, en pequeños cubos

3 cda puré de tomate

1½ litro caldo de verduras

2 ramitas de romero

3 ramitas de tomillo

3 ramitas de orégano

2 hojas de laurel

100 g Col de Saboya, en tiras finas

80 g pasta pequeña, (por ejemplo, Tubetti Rigate)

240 g judías enlatadas, enjuagado, escurrido

un poco sal

un poco pimienta





30 g Queso parmesano, afeitado

un poco aceite de oliva

2 ramitas de perejil de hoja plana, picado en trozos grandes

1 ramita de orégano, solo hojas

Minestrone

Calienta el aceite de los tomates secos al sol en una sartén grande a fuego medio-alto (nivel 7-8). Añade bacon, cebollas y ajo, y sofríe durante aproximadamente 5 minutos. Añade los tomates secos, las patatas y las verduras, y continúa salteando durante aproximadamente 5 minutos, removiendo de vez en cuando. Añade el puré de tomate y cocina brevemente. Vierta el caldo, añada las hierbas y las hojas de laurel, cubra y lleve a ebullición a fuego alto (nivel 9). Reduzca el fuego a bajo o medio (nivel 3-4) y cocine a fuego lento durante aproximadamente 30 minutos. Añade la col de Saboya y la pasta, y cocina a fuego lento durante 10 minutos más. Añada las judías y deje hervir a fuego lento durante 3 minutos más. Sazone el minestrone con sal y pimienta. Emplate el minestrone. Esparce las lascas de parmesano, rocía con un poco de aceite de oliva y espolvorea con hierbas.

Consejos

Cueza a fuego lento la corteza de un trozo de parmesano junto con ello.

En lugar de pasta, utiliza arroz para risotto y amplía el tiempo de cocción a 20 minutos.

Accesorios

Cacerola con tapa (aprox. 24 cm ø)

Información complementaria

Creado el

20.04.2026

