

Zuppa di zucca

Ingredienti per 2 persone:

600 g di zucca fruttata, senza semi

1 patata farinosa e bollente di medie dimensioni

1 cipolla tritata finemente

1 spicchio d'aglio

1-2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva

½-1 TL curry caldo medio

un po' di noce moscata grattugiata

800 ml di brodo vegetale senza grassi

sale

pepe appena macinato

1 cucchiaino di prezzemolo tritato finemente



Preparazione

Sbucciare e grattugiare la zucca e la patata. Fate rosolare la cipolla, lo spicchio d'aglio e la zucca grattugiata nell'olio d'oliva. Aggiungere la patata grattugiata e condire con curry e noce moscata. Aggiungere il brodo vegetale, riscaldare e far bollire a fuoco basso per 15-20 minuti. Poi centrifugare gli ingredienti. Infine scaldare la zuppa di zucca e condire con sale e pepe. Il prezzemolo può essere utilizzato per la decorazione. Le foglie di insalata e il pane accompagnano bene la zuppa.

Buon divertimento nella preparazione e buon appetito!