Minestrone di verdura

PROCEDIMENTO

Si possono utilizzare le verdure che si preferisce, anche in base alla stagionalità. Quelle negli ingredienti sono quelle che sono suggerite.

Mettere tutte le verdure nella pentola e cuocere fino a quando le patate sono morbide. In un tegame soffriggere la cipolla con l'olio, aggiungere i pelati, cuocere, aggiungere il basilico e frullare. Aggiungere il contenuto del tegame nella pentola e salare.

Per fare il passato di verdura frullare con frullatore a immersione.

INGREDIENTI

(a persona)

- patate 70 g
- verdure: patate, carote, pomodoro, zucchine, spinaci, verza, cavolfiore, sedano piselli, fagiolini, cipolla, fagioli borlotti, prezzemolo, basilico 35 g
- spinaci 1,5 g
- pomodori pelati 10 g
- cipolla 6 g
- basilico 0,6 g
- olio extra vergine di oliva qb
- sale qb
- acqua qb