



ZUPPA AL FORMAGGIO FRESCO

Preparazione: ca. 35 min.

Valore nutritivo:

Porzione (1/4): kcal 357

30 G / 13 C / 8 P

PER 4 PERSONE

si ottengono ca. 1,5 l

1	cipolla
200 g	patate a pasta farinosa
1 c.	olio d'oliva
9 dl	acqua
1,5 c.no	sale
200 g	formaggio fresco alla doppia panna (ad es. Philadelphia)
200 g	panna acidula semigrassa
un pizzico	pepe
2 c.no	olio d'oliva

ECCO COME SI FA

1. Verdura: sbucciare la cipolla e le patate, tritare grossolanamente la cipolla e tagliare le patate a pezzetti di ca. 1 cm. In una pentola scaldare l'olio. Far appassire la cipolla per ca. 2 min., aggiungere le patate e cuocere per ca. 3 minuti.

2. Zuppa: aggiungere l'acqua, portare a bollore e salare. Abbassare il fuoco, coprire e lasciar sobbollire per ca. 15 minuti. Versare la zuppa nel bicchiere del mixer, frullare e incorporare il formaggio fresco e la panna semigrassa acidula.

3. Presentazione: servire la zuppa, condire con il pepe e l'olio.

Consiglio: guarnire la zuppa con un po' di micro greens prima di servirla.

Lista della spesa

Trovi questi ingredienti nei Coop Pronto



In collaborazione con

Betty Bossi