

Crema di cetrioli - Zuppe e minestroni



Difficoltà



Costo



Tempo di preparazione

15 min



Tempo di cottura

25 min



Calorie a porzione

325 kcal



Ingredienti

**DOSI PER
4 porzioni**

4 Cetrioli

2 Patate

1 Cipolla rossa

2 spicchi di Aglio

Aneto fresco

Basilico fresco

Prezzemolo fresco

1 l di Brodo di pollo

4 cucchiaini di Olio extravergine di oliva

Sale

Per completare

60 g di Feta

Basilico fresco



Preparazione

- Portate a leggero bollire il brodo di pollo.
- Intanto pelate i cetrioli e le patate e tagliateli a pezzetti. Sbucciate la cipolla e tritatene grossolanamente la metà insieme all'aglio. Tagliate ad anelli la mezza cipolla che avanza, mettetela in una ciotolina con acqua fredda e tenetela da parte.
- In una pentola soffriggete il trito di cipolla e aglio con un fondo di olio, per 5-6 minuti a fiamma moderata, mescolando spesso.
- Unite cetrioli e patate e fate insaporire per un paio di minuti.
- Versatevi il brodo bollente, aggiungete molte foglie di aneto, basilico e prezzemolo e fate bollire a fiamma moderata per circa 12-15 minuti, finché le verdure saranno cotte ma non sfatte.
- Spegnete, regolate di sale e frullate col mixer a immersione, in modo da ottenere un composto abbastanza denso.
- Fate intiepidire la crema e poi distribuitela tra le varie ciotole. Completate con gli anelli di cipolla scolati e asciugati e della feta sbriciolata, decorate con foglie di basilico fresco e gustatela.

I consigli di Carla

- Se volete potete conservare la crema in frigo per circa 2 ore, ma trasferitela a temperatura ambiente un quarto d'ora prima di servirla.