



Zuppa di Carciofi



[Stampa ricetta](#)

Ricetta Zuppa di Carciofi

Primo vegetariano

Preparazione 10 min
Cottura 40 min
Tempo totale 50 min

Portata: Primi

Cucina: Romagnola

Keyword: zuppa

Difficoltà: facile

Costo: basso

Porzioni: 4 persona

Calorie: 159kcal

Ingredienti

- 3 carciofi
- 2 patate
- 1/2 porro
- 1 cipolla
- 1 spicchio aglio
- 1 limone spremuto
- 1 l brodo vegetale
- q.b. sale
- q.b. olio di oliva extra vergine

Istruzioni

1. Lava i carciofi, toglie le foglie più dure, tagliali a spicchi e immergili nell'acqua con il succo del limone. Taglia a tocchetti i pomodori che avrai pelato e privato dei semi.
2. Sbuccia le patate e tagliale a cubetti. In una casseruola adeguata in due cucchiaini di olio fai soffriggere il porro, l'aglio e la cipolla tritati grossolanamente, aggiungi tutte le altre verdure, copri con il brodo vegetale, regola di sale e fai cuocere per circa 40 minuti.
3. Servi la zuppa nei piatti guarnita di erba cipollina e un filo di olio evo.

Nutrition

Serving: 100g | Calorie: 159kcal

Buon appetito...

Ugo Picia

[Read More](#)
