

RICETTE DELLA SETTIMANA :

Vellutata di sedano rapa e zenzero

Ingredienti:

1 scalogno
3 centimetri di zenzero fresco
400 grammi di sedano rapa
300 grammi di polpa di zucca
olio extra vergine di oliva
1 litro di brodo vegetale
1 cucchiaino di curcuma
1 cucchiaino di curry in polvere
sale rosa
pepe
peperoncino frantumato
timo per guarnire



FACILE 😊

– Sbucciare lo scalogno, lo zenzero, e il sedano rapa, tagliare tutto a dadini. Tritare grossolanamente la polpa di zucca. Riscaldare due cucchiai di olio , far rosolare lo zenzero con lo scalogno a fiamma moderata, dopodichè aggiungere le verdure e poi il brodo . Insaporire con curcuma e curry, sale e pepe e cuocere a fuoco lento per 20 minuti. Frullare tutto con il frullatore. Aggiustare con sale e pepe, versare nelle ciotole guarnire con foglie di timo e accompagnare con il pane.



MENG  **ZZI**
AZIENDA AGRICOLA BIOLOGICA

Vellutata di finocchio

Ingredienti:

1 cipolla
2 spicchi di aglio
2 finocchi
100 grammi di patate farinose
100 grammi di sedano rapa
2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva
800 ml di brodo vegetale
100 ml di panna
2 cucchiaini di creme fraiche
Sale
Noce moscata
Pepe



FACILE 😊

- Sbucciare cipolla e aglio, tritare tutto finemente. Lavare i finocchi e tagliarli a pezzetti. Tenere il verde dei finocchi per guarnire. Sbucciare patate e sedano e tagliare a dadini. Riscaldare l'olio in un tegame e far rosolare cipolla, aglio e finocchio, aggiungere il brodo poi le patate e il sedano. Portare ad ebollizione poi abbassare e far cuocere a fuoco lento per venti minuti. Frullare tutto con il frullatore. Aggiungere la panna. Insaporire con la creme fraiche, il sale, la noce moscata e il pepe. Guarnire con il verde dei finocchi e servire subito.



MENG  **ZZI**
AZIENDA AGRICOLA BIOLOGICA