

Zuppa di Grano saraceno



Ingredienti per 4 persone

- Grano saraceno: 250 gr
- Piselli (anche surgelati) : 80 gr
- Sedano: 1 costa
- Carote: 4
- Patate: 3
- Basilico tritato: 1 cucchiaio
- Scalogni: 2
- Sale: q.b.
- Olio extravergine di oliva: 2 cucchiai

Procedimento:

1. Mettere il grano saraceno in ammollo per tre ore.
2. Ridurre a dadini le carote, le patate e il sedano.
3. In una pentola mettere a soffriggere, in un filo d'olio extravergine di oliva, il basilico e gli scalogni tritati.
4. Aggiungere gli ortaggi precedentemente preparati e lasciar rosolare per qualche minuto.
5. Aggiungere acqua abbastanza da ricoprire il tutto, il sale, coprire con un coperchio e portare ad ebollizione.
6. Trascorsi trenta minuti, togliere la pentola dal fuoco, filtrare gli ortaggi conservando l'acqua di cottura e frullarli.
7. Riversare la purea di ortaggi nella pentola con l'acqua di cottura e aggiungere il grano saraceno. Rimettere la pentola sul fuoco fino a cottura del grano; aggiustare di sale se necessario.
8. Servire ben caldo e con un filo d'olio extravergine di oliva