



PARTECIPA AL NOSTRO BLOG

DANTE

Scrivi a ricettedifamiglia@oliodante.com
e chiedi un consiglio allo chef di Olio Dante

ZUPPA DI LENTICCHIE AL VINO ROSSO CON FINOCCHIO E GINEPRO

omindipanpepato.blogspot.it



Ingredienti:

Olio Extravergine di Oliva Dante

1 presa di bacche di ginepro

1 presa di semi di finocchio

1 pezzo di cotenna o osso di prosciutto

500 gr di lenticchie

2 manciate di barbine di finocchio (facoltativo, potete usare anche alloro o un'altra erba profumata)

500 ml di vino rosso

2 prese di sale fino

Per la vinaigrette:

1 cucchiaio di Aceto di Mele

1 pizzico di Sale Blu di Persia

1 cucchiaio di senape

2 cucchiaini di Olio Extravergine di Oliva Dante

Preparazione:

Versate un filo d'olio sul fondo della pentola a pressione e aggiungete una cipolla finemente affettata, i semi di finocchio e le bacche di ginepro schiacciate. Salate leggermente e fate appassire le cipolle finché non ammorbidiscono. Unite le lenticchie, la cotenna, il vino, il finocchio e l'acqua necessaria a coprire. Aggiungete un po' di sale e cuocete per 15' dal fischio (30' in pentola tradizionale). Nel frattempo, preparate la vinaigrette: mescolate l'aceto con il sale, quindi aggiungete la senape e amalgamate. Unite l'olio a filo, sbattendo bene per montare il composto. Eliminate la cotenna dalla pentola e servite la zuppa tiepida, sormontata di vinaigrette.

DANTE



oio

vero