



ZUPPA DI MIGLIO E VERDURE

blog.giallozafferano.it/ricettedilibellula/



Ingredienti per due persone:

80 g miglio*

300 ml acqua*

1 zucchini

1 peperone rosso

2 pomodorini

1 cucchiaino di zenzero

cipolla

Olio Extravergine di Oliva Dante

sale

*il peso è indicativo in quanto utilizzo il bicchiere come unità di misura: 1 bicchiere di miglio con 3 bicchieri di acqua

Preparazione:

In una padella far dorare la cipolla con un filo di olio di oliva. Lavare la verdura, tagliarla a pezzi e unirla alla cipolla. Aggiungere lo zenzero, salare e unire un mestolo di acqua, far cuocere per una decina di minuti. Dopodiché, aggiungere alla verdura il miglio e 300 ml di acqua, far cuocere a fuoco lento per 15-20 minuti (come riportato sulla confezione). Mi piace cuocere il miglio con la verdura perché si ottiene un piatto ricco di sapore. Trascorso il tempo di cottura, spegnere il fuoco insaporire a piacere, se di vostro gradimento anche con un po' di parmigiano grattugiato. Servire caldo e buon appetito!