Pomì
O Così. O Pomì.

Zuppa di ceci e spinaci



Tempo di preparazione: 50 min
Difficoltà: Facile

Ingredienti

- Brodo vegetale: 1 litro
- Carote: 2
- Ceci secchi: 250 gr
- Cipolla: 1
- Pepe nero: q.b.
- Sale: q.b.
- Spinaci (freschi o surgelati): 100 gr

Preparazione

La zuppa di ceci e spinaci è un piatto semplicissimo, sano e gustoso. Questa è una di quelle ricette che preparo spesso quando voglio cucinare dei legumi, è velocissima da fare perché mettete tutto in pentola e lasciate cuocere, non dovete soffriggere nulla!
La zuppa di ceci e spinaci è facilissima e veloce da preparare, come prima cosa dovete mettere i ceci secchi in ammollo circa 8 ore prima di cucinarli, vi consiglio di fare questa operazione la sera prima.
Scolate quindi i ceci, tagliate le carote e la cipolla a pezzettini e mettete tutto in una pentola. Unite il **pomodoro a cubetti Pomì**, versate il brodo vegetale e coprite la pentola con un coperchio, lasciate cuocere per 40 minuti.
Sciacquate gli spinaci e, trascorso il tempo di cottura indicato in precedenza, uniteli alla zuppa, lasciate cuocere per un paio di minuti.
Insaporite la zuppa di ceci e spinaci con del pepe nero, aggiustate di sale se necessario e servite la zuppa di ceci e spinaci ben calda, conditela con un filo di olio extra vergine a crudo.

For this recipe we used:

Pomodori a cubetti 400 gr

