

Zuppa di farro e fagioli



Tempo di preparazione: 50 min.

Difficoltà: Facile

Ingredienti (4 persone)

- Pomodoro a cubetti 400g 400 gr
- **Ingredienti**
 - Acqua o brodo vegetale 500 ml
 - Carote 2
 - Cipolla 1
 - Fagioli 150 gr
 - Farro 150 gr
 - Pepe nero q.b.
 - Pomodorini 10
 - Sale q.b.
 - Sedano 1 costa

Per questa ricetta abbiamo usato:



Preparazione

La zuppa di farro e fagioli è una ricetta deliziosa, si prepara in pochissimi minuti e senza soffritto, mettete tutti gli ingredienti nella pentola e cuoce da sola! Nutriente, sana e genuina, questa zuppa è uno di quei piatti che scalda il cuore e piace a tutta la famiglia!

La zuppa di farro e fagioli è semplicissima e veloce da preparare, come prima cosa mettete in ammollo i fagioli ed il farro per almeno 8 ore, vi consiglio di fare questa operazione la sera prima in modo da poter preparare la ricetta la mattina.

Mettete quindi in una pentola i fagioli, il farro, i pomodorini tagliati a metà, le carote e la cipolla tagliate a pezzettini e versate l'acqua o il brodo vegetale.

Aggiungete il **pomodoro a cubetti**, la costa di sedano, mescolate e accendete la fiamma, fate cuocere la zuppa di farro e fagioli per 45 minuti, controllate di tanto in tanto che non si asciughi troppo, in caso versate altra acqua o brodo.

A cottura ultimata, insaporite la zuppa di farro e fagioli con sale e pepe ed eccola pronta da gustare!

- *Elena Laudicina*