

Vellutata di piselli



Ingredienti

- 350 g piselli freschi o surgelati
- 60 g cipolla
- coriandolo in grani
- qb acqua
- per decorare petali di grana
- 250 g patate
- 20 g amido di mais
- 3 cucchiari Olio Cuore
- qb sale

- **Portata: Primi**
- **Tempo: 15"**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 191.25 Kcal**
- **Grassi: 8.5 g**

Preparazione

- Sbucciare le patate e tagliarle a tocchi.
- Tritare finemente la cipolla. Versare in una casseruola la cipolla e le patate lavate.



- Irrorare con 2 cucchiaini di **Olio Cuore** e rosolare.



- Aromatizzare con il coriandolo fresco macinato e ricoprire con 500 g di acqua. Salare.
- Dopo 5 min di cottura aggiungere i piselli. Cuocere per 35/40 min, poi allontanare dal calore e frullare.
- Rimettere sul fuoco.



- Stemperare in 3 cucchiaini di acqua fredda l'amido di mais e versarlo nella vellutata in ebollizione. Mescolare per far addensare la minestra.



- Distribuire nei piatti e completare con petali di formaggio grana, un filo di **Olio Cuore** e un poco di coriandolo macinato.



La ricetta è stata preparata con:



Olio di Mais



Sale Iposodico