



CUCINA CON NOI!

# Vellutata di carciofi, piselli e menta

## INGREDIENTI

2 confezioni di Carciofi in Spicchi TantoCuore Orogel

---

750 g di Pisellini Dolce Italia Orogel

---

un dado per brodo vegetale

---

foglioline di menta fresca

---

yogurt greco

---

olio evo, sale e pepe q.b.

---



30



4



Media



Zuppe

#### Preparazione

- 1** Versare i piselli ancora surgelati in una pentola con 2 litri di brodo vegetale bollente, cuocere per cinque minuti salando a piacere. Con un minipimer frullare i piselli e rimetterli sul fornello a fiamma bassa.
- 2** In contemporanea versare i carciofi surgelati in una padella, aggiungere le foglie di menta, un pizzico di sale e il pepe. Coprire e cuocere per 10 minuti. Una volta cotti i carciofi, unirli alla pentola con i piselli e frullare il tutto. Per la buona riuscita della vellutata è opportuno filtrarla attraverso un colino. Aggiustare con sale, olio e pepe a piacere.
- 3** Impiattare la vellutata calda e decorare con foglie di menta, olio di oliva e gocce di yogurt greco. Se lo yogurt greco è troppo denso si può diluire con della panna fresca. Buon Appetito! ;)