

fresco

LE RICETTE DI FRESCO

Ricetta
10



Zuppa di fagioli borlotti e polpo

Una zuppa dagli aromi decisi e dalla incredibile versatilità. Ottima calda, rinfrancante nelle giornate fredde, diviene deliziosa se servita tiepida con i primi tepori. Adatta ad essere presentata in ciotole di terracotta in una cena rustica è adatta anche per un buffet, servita in piccoli bicchierini e decorata da un singolo tentacolo.

Per 4 persone:

*Kg. 1 fagioli borlotti cotti
g. 600 polpo (possibilmente
di scoglio, con doppia fila di
ventose)
mezza costa di sedano, mezza
carota e mezza cipolla
ml. 30 vino bianco*

*olio extravergine di oliva
timo*

Costo:



Difficoltà:



Zuppa di fagioli borlotti e polpo



Surgelate in FRESCO il polpo, steso bene in una teglia per un'ora in modo da renderlo morbido.



Rigenerate il polpo in FRESCO per mezz'ora.

Mettete il polpo in un tegame coperto e lasciatelo cuocere per un'ora o fino a quando una forchetta non entrerà bene nella polpa. Conservate l'acqua che il polpo avrà fatto.



Raffreddate in FRESCO, steso bene in una teglia per 30 minuti.

Tritate finemente sedano, carota e cipolla e soffriggeteli in poco olio. Unite i fagioli (se di barattolo prima di frullarli, scolateli bene dal loro liquido di vegetazione e lavateli con cura). Diluiteli con l'acqua di cottura del polpo e cuoceteli per una ventina di minuti. Frullate il tutto con un frullatore ad immersione o passate con il passaverdura. Se volete ottenere una zuppa dalla consistenza magica passate tutto al setaccio.

Servite in una ciotola con un paio di tentacoli e un giro di olio extravergine.



www.frescoclub.com