



LA SPORTA

Il rifiuto a produrre e consumare l'infelicità del mondo

La Comunità della Sporta, Via L. da Vinci 35 - Lecco
tel. 0341.287691 renzo59@tiscali.it

PRIMI PIATTI BRODI ZUPPE

Minestra di verdura gustosa

X 4 persone

1 grosso cespo di lattuga, 1 cipolla bianca, 200gr. di piselli, 1 costola di sedano bianco, 1 ciuffetto di prezzemolo, 120gr. di riso, 30gr. di burro, 1 tuorlo d' uovo, 2 cucchiaini di panna, 50gr. di formaggio grattugiato, sale e pepe.

Mondate il cespo di lattuga, lavate più volte le foglie, asciugatele con delicatezza e tagliatele poi a listarelle molto fini. Pelate la cipolla, tritatela finemente insieme con la costola di sedano e fate appassire il trito in una pentola insieme con il burro: unitevi quasi subito le listarelle di lattuga e, dopo 10 minuti, i piselli, rimescolate, lasciate cuocere a calore moderato per 15 minuti, poi bagnate con il brodo e fate sobbollire per altri 10 minuti. Aggiungete allora il riso, facendolo scendere a «pioggia», rimescolatelo più volte e portatelo a cottura circa 18/20 minuti. Solo allora sbattete bene in una ciotola il tuorlo d'uovo unendovi 2 cucchiaini di formaggio grattugiato, un pizzico di sale, un poco di pepe, il prezzemolo tritato finemente e la panna, poi rovesciate questo miscuglio nel brodo mescolando energicamente con un cucchiaino di legno.