



Microonde: Vellutata di carote e finocchi - [Visualizza sul sito](#)
di padellina

Microonde - porri -

dal sito www.cooker.net di Dory78

provata questa sera con piccolissime variazioni e cotta al MO

ricetta originale:

Una minestra leggera per la sera, da gustare sola o su crostini caldi.

Ingredienti per 2 porzioni

- # 250 gr di carote
- # 1 finocchio
- # 1/2 porro
- # 150 ml di latte
- # 1 bicchiere di acqua
- # sale q. b.
- # 1 panetto di robiola (facoltativo)
- # 1 cucchiaino di maizena (facoltativo)

Preparazione

Si lessano in una pentola le carote, il finocchio e il porro fatti a pezzetti, con un pizzico di sale. Si scola l'acqua di cottura e si rimettono le verdure nella stessa pentola, poi si aggiunge il latte. Si rimette il tutto in cottura e prima di arrivare alla ebollizione si passa il frullatore ad immersione (per facilitare la triturazione, consiglio di aggiungere 1 bicchiere-1 bicchiere e 1/2 di acqua). Se si desidera una minestra più densa, a piacere possono essere aggiunte robiola (sciolta nella minestra calda, per un gusto più deciso) o maizena (più delicata).

Ho messo 1 finocchio, 3 carote medie e 2 scalogni perchè non avevo il porro, affettate le verdure e cotte al MO con pochissima acqua per circa 10-12 min. a 750W, a metà cottura ho aggiunto mezzo misurino di granulare e poco sale e paprika dolce. Poi ho frullato con il minipimer, aggiunto il latte e fatto andare ancora per 5 min a 650W o meno. Intanto ho sciolto 1 cucchiaino di maizena con un po' d'acqua fredda e aggiunto alla crema assieme a 1 conf. di Filadelfia classico piccolo (80 gr.), passato al MO ancora per 2 min. a 650W. Eventualmente regolare di sale, ma credo non occorra. Ne sono venuti 3 piatti medi.