



Vellutata di ortiche e piantaggine

Ingredienti:

Ortiche.

Piantaggine.

1 bulbo di aglio pippolino.

1 litro di acqua.

1 filo di olio evo.

Pepe.

Sale.

1 grosso pane raffermo.

Preparazione:

Mettere a bagno in una ciotola le ortiche e la piantaggine con un po' di bicarbonato. Scolare bene. In una pentola capiente rosolare con un filo d'olio l'aglio tritato finemente. Aggiungere le erbe e mescolare per qualche minuto. Unire l'acqua. Coprire e cuocere a fuoco lento per 10 minuti. Con l'ausilio di un frullatore ad immersione, tritare fino ad ottenere la consistenza della crema. Nel frattempo, in una padella antiaderente, tostare il pane raffermo tagliato a cubetti.

Servire la vellutata, accompagnata dai crostini di pane tostato, dopo aver aggiunto un filo d'olio e una spolverata di pepe.

Nota: la ricetta non prevede l'impiego di patate in quanto la funzione addensante viene svolta dalla piantaggine. La giusta consistenza si raggiunge usando piantaggine in quantità doppia delle ortiche.

Nonno Lucio