



Minestra di verza, broccolo e lattuga

OGNI VOLTA CHE NE ASSAGGIO UNO NUOVO PENSO CHE SIA IL MIGLIORE CHE ABBIA MAI PROVATO.

La verità è che quando la qualità c'è, si vede e si sente!

Il problema vero è che tanti non avranno mai occasione di assaggiare certe prelibatezze e non perché non lo capiscano, ma perché non ne hanno la possibilità e, purtroppo, il numero cresce ogni giorno. Perché la qualità costa e quindi si paga. E chi se la può permettere? Pochi e i soliti. Invece, penso che la qualità e la bontà dovrebbero essere un diritto... Grazie all'[Associazione Città dell'Olio](#), che si batte per far conoscere e diffondere le eccellenze del nostro territorio, io ne ho avuto la possibilità.

Stavolta è toccato ad un olio toscano, tosto, profumatissimo.

La prima prova è stata fatta sul pane ed è stato duro smettere di mangiarlo.

Così ho voluto celebrarlo con una zuppa, una minestra, fatta con verdure di stagione. Una cosa semplice, che fungesse da "fetta di pane"... Un sapore neutro che ne esaltasse tutte le qualità.

Infine, non voglio far torto a nessuno, ma secondo il dolce doppio è il migliore che abbia mai assaggiato...

Minestra di verdure

Spaghetti Garofalo

1 lattuga rotonda (piccola)

1 verza piccola

2 cimette di broccolo

4 carote grandi



1 ½ cipolla dorata

curcuma

curry

sale rosso

yogurt

Olio extravergine d'oliva Bardi "Terre di Siena"

Basilico

Per prima cosa bisogna preparare un buon minestrone. Mondate e lavate le verdure e tagliatele a pezzi (anche grossolani, tanto poi si frulla tutto). Quindi, in una casseruola di medie dimensioni, fate soffriggere una cipolla e le carote. Aggiungete la verza, la lattuga e il broccolo. Unite dell'acqua minerale, quanto basta a coprire le verdure. Fate cuocere una ventina di minuti. Aggiustate di sale, aggiungete le spezie e frullate.

In una pentola mettete a bollire dell'acqua insieme ad un po' di verdure. Appena comincia a bollire, calate la pasta spezzettata. Fate cuocere 2 minuti in meno di quanto c'è scritto sulla confezione.

Servite con dello yogurt, spolverizzate del sale rosso, fate un bel giro d'olio e servite con una foglia di basilico.

Leggi il post su [Cardamomo&co](#)