



ZUPPA DI SOBA VERDE CAROTE, ZENZERO E CIME DI RAPA

soba al tè verde 100 grammi
carote due
cipollotto 1
zenzero un pezzo di radice di 3 cm
cime di rapa 4 foglie
aglio uno spicchio piccolo
sale un pizzico

scaldate mezzo litro di acqua (meglio se filtrata, oppure naturale).. nel frattempo pulite, lavate e affettate le carote, il cipollotto e le cime di rapa.. Eliminate l'anima all'aglio..

Quando inizia il bollore aggiungete le verdure, l'aglio, lo zenzero un pizzico di sale e cuocete per circa 10 minuti, lasciando le verdure croccanti.
A questo punto potete buttare nell'acqua la soba e cuocerla per 3/4 minuti controllando comunque i tempi di cottura.. (Le istruzioni del pacchetto di soba erano in giapponese.. e mi risultava un pochino difficile tradurle!)
Servite caldissima con qualche goccia di tamari...

Sandra Salerno

Eventi, Consulenze gastronomiche & Cucina

© Untoccodizenzero (www.untoccodizenzero.it)