

CREMA DI PEPERONI CON BRODO DI VERDURA

Ingredienti per 4 persone:

Per il brodo di verdura:

- 3 cipolle,
- 3 cucchiaini di olio d'oliva,
- 250 g di porri,
- 300 g di carote,
- 150 g di sedano,
- 150 g di zucchine,
- 300 g di peperoni verdi,
- 25 cl di vino bianco secco,
- 300 cl di acqua,
- 1 rametto di timo,
- 2 foglie di alloro,
- 1/2 spicchio di aglio.

Per la crema di peperoni:

- 4 peperoni dello stesso colore,
- 60 g di brunoise di cipolla,
- 2 cucchiaini di olio d'oliva,
- 1 cucchiaio di succo di limone,
- 75 cl di brodo di verdura,
- 12 cl di panna,
- 1 spicchio d'aglio schiacciato,
- 1 rametto di timo,
- 1 rametto di rosmarino,
- sale,
- pepe bianco.

Fate rosolare le cipolle tritate in una casseruola con l'olio, a calore moderato per 4 minuti.

Pulite le altre verdure e tritatele, quindi unitele al soffritto e fate insaporire tutt'assieme per alcuni minuti.

Versate il vino e l'acqua, unite le erbe aromatiche e l'aglio e fate cuocere per 60-70 minuti, abbassando la fiamma in modo che il brodo sobbolli appena.

Schiumate ripetutamente.

Al termine filtrate il brodo attraverso un telo, raccogliete il ricavato in una casseruola pulita e fatelo ridurre a calore medio fino ad ottenere 1 litro e mezzo circa di liquido.

Lavate i peperoni per la crema e privateli dei semi e delle membrane bianche interne.

Fate rosolare la brunoise di cipolla in una casseruola con l'olio, a calore moderato per 4-5 minuti, unite il succo di limone e i peperoni tagliati a dadini e fate cuocere per 5 minuti.

Versate il brodo, portate a ebollizione e proseguite la cottura a calore moderato per 10 minuti.

Unite la panna e fate cuocere per altri 10 minuti.

Trascorsi i primi 5 minuti di cottura aggiungete lo spicchio d'aglio, il timo e il rosmarino, il sale e il pepe.

Al termine, eliminate le erbe e l'aglio e passate la preparazione al setaccio.

Al momento di servire, potete arricchire la crema con tocchetti di sedano bollito.

CONSIGLI.

Il brodo di verdura è meno nutriente di quello preparato con la carne, tuttavia ha il vantaggio di essere molto leggero, aromatico e privo di grassi.

Con il brodo vegetale la crema risulta ancora più delicata e adatta anche a chi ha problemi di natura dietetica.

La presenza dei peperoni, fra gli ingredienti del brodo, rende ancora più intenso il sapore finale della crema.

Il brodo vegetale di cui vi forniamo la ricetta, se avanza, può essere conservato nel congelatore, diviso in vaschette da una o più porzioni.