

MINESTRA AL GERME DI GRANO

Ingredienti per 4 persone:

- 100 g di germe di grano,
- 50 g di fagioli toscanelli secchi,
- 100 cl brodo,
- 1 cipolla,
- 1 costa di sedano,
- 2 pomodori maturi,
- 1 mazzetto di basilico,
- olio d'oliva,
- sale,
- pepe.

Per una notte tenete a bagno nel brodo il germe di grano e i toscanelli.

Unite poi altrettanta acqua fredda e cuocete a fuoco basso.

Soffriggete nell'olio la cipolla, il sedano e i pomodori tritati.

Aggiungetevi un mestolo di brodo di carne bollente e versate nella pentola dei fagioli.

Proseguite la cottura, regolate sale e pepe.

In ultimo unite il basilico spezzettato.

Lasciate riposare la minestra al caldo 10 minuti prima di servire.

Il germe di grano può essere sostituito con il mais.