

Minestra di orzo e verdure

Ingredienti per 4 persone:

- 180 g di orzo decorticato
- 4 carote
- 2 zucchine
- 2 coste di sedano
- 2 peperoncini
- 2 cucchiai di pecorino grattugiato
- 3 cucchiai di olio extravergine d'oliva
- sale

Preparazione:

- 1)** Iniziate spuntando e raschiando delicatamente le carote; spuntate le zucchine, eliminate i filamenti e la base delle coste del sedano.
- 2)** Lavate e tagliate tutto a rondelle. Togliete i semi ai peperoncini, lavateli, asciugateli e tagliateli ad anelli.
- 3)** Tostate l'orzo per circa 3 minuti in un ampio tegame senza condimento, mescolando in continuazione con un cucchiaio di legno perché non si attacchi al

fondo. Aggiungete 4 litri di acqua fredda e portate a ebollizione.

- 4)** Unite tutte le verdure, lasciate riprendere il bollore, salate e continuate la cottura per 20 minuti a fuoco minimo, con il coperchio.

- 5)** Fuori dal fuoco condite con il pecorino grattugiato e due cucchiai di olio. Lasciate riposare.

- 6)** Al momento di servire, unite ancora un giro di olio e completate con gli anelli di peperoncino.

