

# ZUPPA DI RAPE ALLA FRANCESE

PRIMO



facile



tempo prep.  
20'



tempo cottura  
50'



calorie per  
porzione: 410



a meno di  
€ 7,50

### Ingredienti per 4

- 500 gr di rape,
- 120 gr di pasta sfoglia fresca e stesa,
- 30 gr di burro,
- 40 gr di mascarpone,
- 20 gr di Roquefort,
- 1 uovo, 1,2 litri di brodo vegetale,
- 120 gr di piselli surgelati,
- 4 fette di pane bianco senza crosta,
- 1 cipolla, 10 fili di erba cipollina,
- qualche foglia di basilico, noce moscata,
- sale, pepe.

**Pelate** le rape, tagliatele a dadini. Sbucciate la cipolla e tritatela.

**Fatela** rosolare

## ZUPPA DI RAPE ALLA FRANCESE

dolcemente in un tegame con il burro, unite le rape e i piselli surgelati, mescolate. Cuocete 10 minuti.

**Bagnate** il pane con un poco di brodo e lasciatelo ammolare. Passatelo al setaccio, aggiungetelo alla verdura in cottura, unite sale, pepe e una grattata di noce moscata.

**Versate** tutto il brodo e cuocete per 25 minuti.

**Ritagliate** con un tagliapasta smerlato dei dischetti di sfoglia di 5 cm.

**Mescolate** al mascarpone il Roquefort, l'erba cipollina e il basilico tagliuzzati, po-

nete un poco di composto in ogni dischetto.

**Inumidite** con acqua i bordi dei dischetti, piegateli in due e chiudeteli premendo con le dita.

**Mettete** le sfogliatine su una placca con carta da forno, spennellatele con l'uovo sbattuto e infornatele a 200° per 15 minuti circa. Servitele calde con la zuppa.

**IDEA** alternativa

La zuppa servita senza sfogliatine avrà 160 cal. meno a porzione.

Servite le sfogliatine per antipasto o aperitivo.

