

VELLUTATA DI CAROTE

con spinaci freschi



Preparazione : 10 min - **Riposo :** - - **Cottura :** 40 min - **Materiale :** -

Ingredienti : 6 persone

- 1 cipolla - 6 carote (600 g) - 1 cucchiaino di cumino in polvere - 1 cucchiaio di olio d'oliva - 900 ml d'acqua + 500 ml per VAPORE - 80 g di Philadelphia® - sale, pepe - 1 manciata di spinaci freschi (facoltativo) - qualche seme di cumino - olio extravergine d'oliva

1. Facoltativo: lavare e depicciolare* gli spinaci, metterli nel cestello vapore sopra al contenitore di metallo riempito con 500 ml di acqua. Avviare il programma VAPORE per 10 minuti. Togliere il cestello ed eliminare l'acqua. Mettere da parte.

2. Sbucciare la cipolla e tagliarla in quattro parti, metterla nel contenitore. Lavare e pelare le carote, tagliarle a pezzi di 1-2 cm, poi versarle nel contenitore insieme al cumino, all'olio d'oliva e all'acqua, coprire e avviare il programma MINESTRA VELLUTATA.

3. Circa 5 minuti prima della fine del programma, premere Stop. Aggiungere il formaggio, sale, pepe e riavviare il programma premendo Auto.

4. Versare la zuppa nelle ciotole, aggiungere un cucchiaio di spinaci al centro, condire con un filo di olio extra vergine e con una spolverata di semi di cumino.

Consigli del cuoco :

A seconda della stagione, alcuni ortaggi, come le carote, possono richiedere una cottura più lunga. Se

necessario, prolungare la cottura di qualche minuto. Per una versione più rapida, preparare la vellutata senza gli spinaci. Per una vellutata più originale, è possibile sostituire metà delle carote con una patata dolce pelata e tagliata a dadini, oppure con lenticchie corallo.

Cook Expert ■

© Fotografie Sandra Mahut
© Hachette Livre (Marabout) 2016