

Ribollita al cavolo nero

Ingredienti: 300 g di cavolo nero, mezzo kg di pane toscano rafferma, 2 patate, 300 g di zucchine, 300 g di bietole, 100 g di passata di pomodoro, una cipolla, una carota, una costa di sedano, uno spicchio d'aglio, olio extravergine d'oliva, sale, pepe.

Tritare il sedano, la carota e la cipolla e farli rosolare nell'olio in una pentola di coccio. Aggiungere le patate e le zucchine tagliate a piccoli tocchi, le bietole ed il cavolo affettati. Co-

prire con acqua e far cuocere la zuppa a fuoco lento per un'ora e mezzo. Spegnerne e lasciare riposare la zuppa per almeno quattro ore (si può anche preparare il giorno prima). Tagliare a fette il pane e strofinarlo con lo spicchio d'aglio; sistemare le fette in una zuppiera e versarvi sopra la zuppa che intanto si sarà fatta "ribollire" per dieci minuti. Condire con l'olio crudo ed una macinata di pepe.

Zuppa di cipolle

Ingredienti: un kg di cipolle, 4 fette di pane casereccio, un litro e un quarto di brodo vegetale, parmigiano, olio extravergine d'oliva, sale e pepe.

Pulire e tagliare le cipolle a fettine sottili; metterle a rosolare piano in un recipiente di coccio con l'olio.

Cuocere lentamente, a pentola coperta, unendo qualche cucchiaino di

acqua, per una mezz'ora.

Salare, pepare e versare il brodo vegetale. Fare sobbollire a pentola scoperta ancora per mezz'ora.

Mettere nelle scodelle le fette di pane abbrustolite e versarci sopra la zuppa. Cospargere di parmigiano grattugiato ed aspettare qualche minuto prima di gustarla.