

## CREMA DI LENTICCHIE E ZUCCA DI MARTINA



di: utenteinvoglia

### Ingredienti

- olio extravergine d'oliva (2 cucchiaini)
- sale
- mezza cipolla
- prezzemolo
- zucca (200gr)
- lenticchie secche (160gr)

### Come si prepara

Mettere le lenticchie in una pentola. Pulire la zucca, lavarla e tagliarla a cubetti e metterla nella pentola.

Tagliare la cipolla e il prezzemolo e metterli assieme ai precedenti ingredienti. Coprire il tutto con abbondante acqua e, quando inizia il bollore, calcolare circa 60-70 minuti di tempo di cottura (o comunque quanto riportato sulla confezione delle lenticchie).

Se l'acqua diminuisce durante la cottura, aggiungerne un po'.

Trascorso il tempo indicato aggiungere qualche pizzico di sale e lasciare sul fuoco dolce mescolando di frequente, fino a quando non avrà raggiunto un aspetto denso e cremoso. Aggiungere olio, portare in tavola e servire.

**Difficoltà:** 2

**Tempo:** 90

### Tags

creme, light, vegetariana, zuppe, vellutate, minestre, crema di lenticchie e zucca, lenticchie