



MINISTRA DE ACHICOREA Y MELÓN AMARILLO CON CROUTONS (PICATOSTES) AL AJO

Categoría: Primeros platos **Tempo di preparazione:** 15 minutos + 10 minutos de cocción **Difficoltà:** facile 🕒

Ingredienti per 4 porciones

- 250 g de achicoria
- Aceite de oliva virgen extra
- 200 g de melón
- 4 rebanadas de pan de rústico
- 1 diente de ajo
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- 1 tallo de puerro
- 6 dl de agua
- Sal q.s.
- Pimienta q.s.

Podríamos pensar en la sopa de melón como un plato dulce, pero su combinación con el sutil amargor de la achicoria la convierte en una sopa deliciosa y ligera. ¿Algunos crutones crujientes? ¡Poqué no!

Dificultad: **baja**

Costo: **bajo**

Tiempo de preparación: **15 minutos + 10 minutos de cocción**

Porciones: **4**

Preparación

Separe las hojas de la achicoria y sumérgalas en agua para eliminar los restos de tierra. Repita la operación varias veces si fuera necesario. Póngalas a blanquear.

Escorra la achicoria y a continuación córtela en trozos pequeños. Pásela a una cacerola y sofria con un poco de aceite de oliva virgen extra (AOVE). Ponga el agua y cocina durante 25 minutos.

Corte el melón en cubitos y póngalos a dorar en una sartén con aceite AOVE. Salpimentar.

Frote las rebanadas de pan con el diente de ajo cortado para perfumarlo. Luego corte el pan en trozos pequeños, fríalos en aceite AOVE hasta que estén dorados y póngalos de parte.

Péle la zanahoria y córtela en cubitos. Péle la cebolla y córtela en trozos grandes.

Lave el tallo de apio y córtelo en rodajas finas. Agregue las verduras a la olla con la achicoria. Llevar a ebullición y cocinar durante unos diez minutos.

Emplate colocando los picatostes en la base de cada plato, luego añada la sopa y el melón. ¡Disfruten!

