



COSA BOLLE A SANT'EGLE?

Zuppa di Ceci BIO

INGREDIENTI

500gr di Ceci Bio
1 cipolla bianca Bio
3 patate medie Bio
3 carote Bio
1lt di brodo Bio caldo
2 rametti di rosmarino Bio
Olio EVO Bio
Sale, pepe, peperoncino Bio q.b.

PROCEDIMENTO

Lasciare in acqua per 12 ore i ceci
Stufare cipolle, carote con olio
Aggiungere ceci e far insaporire
Aggiungere patate, peperoncino,
rosmarino e copire con il brodo
caldo.
Cuocere per 1 ore a fuoco lento
Aggiungere sale e pepe q.b.
Conservare in frigo massimo 3gg
Si può congelare.

www.santegle.it

ECO VACANZE e VENDITA PRODOTTI BIOLOGICI
IN MAREMMA TOSCANA