



Microonde: Zuppa di pomodori - [Visualizza sul sito](#)  
di Sconosciuto

Ingredienti per 4 persone:

- 800 gr. di pomodori
- 1 cipolla tagliata a fettine
- 5dl di brodo vegetale o di pollo
- 1 spicchio d'aglio
- 1 carota tagliata a pezzetti
- 2 cucchiaini di olio d'oliva
- basilico

Dopo aver lavato i pomodori, incidili e mettili nel microonde per circa 7 minuti e lascia a cuocere a 750 W. Toglili dal forno, pelali e tagliali a pezzetti. Aggiungi l'olio, la cipolla e l'aglio e fai cuocere per circa 4 minuti a 750 W. Aggiungi i pezzetti di carota, copri e fai cuocere per ancora 15 minuti alla massima potenza, ricordandoti di mescolare ogni tanto. Adesso mescola fino ad ottenere una crema, aggiungi il brodo e cuoci per altri 5 minuti alla massima potenza. A cottura ultimata aggiungi una o più foglie di basilico e servi.

eCucinando.it