

## Crema di zucca al profumo di cannella

### Antipasto

**Difficoltà:** facile

**Tempo di preparazione:** 45 minuti

### Ingredienti (per 4 persone):

- 1 kg di zucca già sbucciata
- 2 scalogni
- 1 l di brodo vegetale
- 1 stecca di cannella
- cannella in polvere q.b.
- 3 cucchiai di olio extravergine di oliva
- sale q.b.

Per decorare

- 4 cucchiai rasi di yogurt vegetale (o vaccino) bianco, non dolcificato

### Preparazione

Mondate la zucca e gli scalogni, tagliate a tocchetti la prima e affettate i secondi. Unite tutto insieme in una pentola con 750 millilitri di **brodo\*** e 1 cucchiaio di olio, un po' di sale e la stecca di cannella. Mettete il coperchio e cuocete a fuoco medio per circa mezz'ora, aggiungendo altro brodo se necessario.

Quando la zucca sarà tenera, eliminate la stecca di cannella e frullate il tutto, ottenendo una crema piuttosto densa, ma non troppo, aggiungendo eventualmente altro brodo, ben caldo.

Regolate di sale e distribuite la crema nei piatti: per ciascuno versate al centro un cucchiaio raso di yogurt e una spolverata di cannella in polvere, l'olio residuo tutto intorno.

### \*BRODO VEGETALE

Prepararlo è semplicissimo e torna utile come fondo di risotti, minestre di legumi, da solo con riso o pastina. Basta aggiungere in 1 litro di acqua fredda 3 ortaggi puliti e tagliati in grossi pezzi e cioè: 1 cipolla intera, 1 grossa carota divisa a metà e 1 gambo di sedano. In più, 1 manciata di prezzemolo fresco e, se si vuole, anche 1 foglia di alloro.

Dopo aver portato a bollore lasciate cuocere con il coperchio non sigillato ma appena aperto, a fuoco basso: per un buon brodo vegetale occorrono almeno 30-40 minuti.

Il sale (poco) va aggiunto verso fine cottura, quando il liquido non si restringerà più di tanto.

