

# Minestra aromatica di riso e zucca

(230 cal)

## Ingredienti per 4 persone:

200 gr di riso, 300 gr di polpa di zucca, 2 spicchi d'aglio, 1 cucchiaio d'olio d'oliva, 1 cucchiaino di foglie di maggiorana tritate, 4 foglie di basilico tritate, 2 foglie di salvia tritate, 2 cucchiaini di foglie di prezzemolo tritate, 2 cucchiaini di parmigiano o grana grattugiato.

Scaldate l'olio in una casseruola con l'aglio sminuzzato e tutte le **erbe**. Unite la zucca tagliata a dadini prima che l'aglio inizi a prendere colore e lasciate insaporire per qualche minuto a fuoco moderato. Bagnate con 1,2 litro di acqua e lasciate sobbollire per 10 minuti. Versate il riso a pioggia e unite le erbe. Lasciate cuocere per 20 minuti, quindi unite il formaggio, mescolate e lasciate riposare per qualche minuto prima di servire.

Buon appetito !!