

Zucchini Soup

4 zucchini
2 shallots, roughly chopped
½ yellow onion, roughly chopped
4 cups low sodium chicken or vegetable broth (homemade is best!)
1 T fresh mint, chopped
5 oz fresh (baby) spinach (about 4 handfuls)
Juice from 1 lemon
1-2 oz goat cheese
salt and pepper

Throw zucchini, shallots, onion and broth into a pot and bring to a boil. Once boiled, turn heat to medium-low and simmer until vegetables are soft.

Add mint and spinach and purée.

Stir in the lemon juice and goat cheese. Season with salt and pepper.

Vellutata di Zucchini

4 zucchini
2 scalogni, spezzettati
½ cipolla gialla, spezzettata
4 tazze di brodo di cipolla o di verdura (fresco è meglio)
1 cucchiaio di menta fresca, tritata
4 manciate di spinaci freschi
succo di 1 limone
formaggio di capra
sale e pepe

Mettete zucchini, scalogni, cipolla e brodo in una pentola e fate bollire. Quando bollente, abbassate la fiamma e fate cuocere finché siano cotte le verdure.

Aggiungete la menta e gli spinaci e frullate tutto.

Unite il succo di limone e il formaggio. Aggiustate di sale e pepe e servitela subito.

FROM: pulitoesaporito.wordpress.com

<http://pulitoesaporito.wordpress.com/2013/08/20/zucchini-soup-vellutata-di-zucchini/>