

Three Bean Minestrone 34llá Emilia Romagna Style (Mina de Tres Fríjoles al estilo de Emilia Romagna)

INGREDIENTES

- 1/2 taza de aceite de oliva
- 2 oz. de mantequilla
- 2 tazas de cebollas, dados pequeños
- 1 taza de zanahorias, en dados pequeños
- 1 taza de apio, dados pequeños
- 1 taza de frijoles mezclados,
- 2 cuartos de caldo, pollo o verduras
- Parmigiano, corteza de, 3 X 3, limpiado
- 1 taza de papas doradas del Yukón, en dados pequeños.
- 2 tazas de calabacín, dados pequeños
- 1 taza de tomates, ciruela, enlatados
- 4 tazas de espinacas, ralladas
- Sal Kosher y pimienta negra molida, a gusto
- 1 taza de parmigiano, rallado



INSTRUCCIONES

- Derretir la mantequilla con aceite de oliva a fuego lento, añadir las cebollas y sudar hasta que se marchiten y se ablanden, unos 10 minutos. Añada las zanahorias y cocine durante 3 minutos. Añade el apio, los frijoles, el caldo y la corteza de parmesano y cocina durante unos 45 minutos, o hasta que los frijoles estén al dente.
- Añade las patatas y los calabacines cortados en dados y cocina durante otros 20 minutos. Añada los tomates y sus jugos.
- Cubrir parcialmente y cocinar a fuego lento durante al menos 30 minutos más. Añada más caldo si es necesario.
- Añadir las espinacas y un chorrito de aceite de oliva; sazonar con sal kosher y pimienta negra.
- Servir con un chorrito de aceite de oliva y un poco de parmigiano rallado.