



# Primi piatti vegani

## ZUPPA DI CETRIOLI E AVOCADO



### Ingredienti

4 CETRIOLI  
2 AVOCADO  
2 POMODORI, 1 ZUCCHINA  
4 FIORI DI ZUCCA  
2 spicchi di AGLIO BIANCO  
PIACENTINO CO.P.A.P  
2 foglie di MENTA  
3 dl di BRODO VEGETALE  
4 cucchiari di OLIO EVO  
1 fetta di PANE CASERECCIO  
SUCCO DI LIMONE q.b.  
SALE E PEPE q.b.

### Procedimento

- Lavate e spuntate i cetrioli; tagliateli a metà per il lato lungo, eliminate i semi e riduceteli a pezzi.
- Prendete gli avocado, apriteli ed eliminate i noccioli, bagnate con succo di limone la polpa e tagliateli a pezzi.
- Frullate cetrioli e avocado con il brodo vegetale freddo, le foglie di menta fresca, il pane casereccio raffermo a dadini, lo spicchio d'aglio, olio, sale e pepe.
- Tagliate a piccoli dadini la zuccina e i pomodori e a listarelle i fiori di zucca.
- Suddividete la zuppa di cetrioli e avocado nei piatti e aggiungete le verdure a dadini precedentemente tagliate. Decorate con foglioline di menta e servite.