

## Crema di zucca con castagne e lenticchie rosse allo zenzero

*Una ricetta facile e veloce da gustare da sola con dei crostini di pane. Questo piatto fa della zucca il suo punto di forza. Provala!*



La **crema alla zucca** proposta da Casa Di Vita è un'esplosione di sapori!

Veloce da preparare, unisce il gusto dolce della zucca al sapore delle **lenticchie rosse** e delle **castagne**. Un abbinamento diverso, ma assolutamente da provare.

Un ottimo modo per consumare della verdura di stagione senza rinunciare al gusto. Un **piatto vegano** per i pranzi fuori casa o la cena.

**Difficoltà: bassa**

**Costo: basso**

**Tempo di preparazione: 20 min.**

### Ingredienti

(per 2 persone)

#### **50 g di lenticchie rosse decorticate secche Despar Vital**

200 g di zucca decorticata a pezzi

35 g di acqua fredda da frigo

#### **6/8 castagne cotte sgusciate Despar Vital**

1 pezzettino di radice di zenzero

2 cucchiaini di olio extravergine di oliva

Un pizzico di sale

### Preparazione

1. Sciacqua le lenticchie sotto l'acqua corrente per eliminare eventuali impurità e cuocile in acqua bollente non salata.
2. Cuoci la zucca in un cestello forato coperto, sfruttando il vapore emesso per la cottura delle lenticchie.
3. Trasferisci in un frullatore le lenticchie cotte ben scolate, la zucca, le castagne, un pizzico di sale, lo zenzero sbucciato e grattugiato e l'olio. Frulla fino a ottenere un composto liscio e omogeneo.
4. Gusta la tua crema da sola al cucchiaino o spalmala sul pane integrale.