

# Zuppa piccante di fagioli neri con chorizo

Tempo totale **20 Min** Tempo di preparazione **15 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):  
**3.345 kJ / 799 kcal**

Grassi: **37,2 g** Proteine: **41,3 g**  
Carboidrati: **76,8 g**

## INGREDIENTI

2 Porzioni

<b>0,5</b>	cipolla
<b>1</b>	peperone rosso
<b>100 g</b>	chorizo
<b>1 cucchiaio</b>	olio di oliva
<b>1</b>	spicchio di aglio
<b>1 cucchiaino</b>	paprika affumicata macinata (piccante o dolce)
<b>0,25</b>	coriandolo macinato
<b>cucchiaino</b>	
<b>0,25</b>	cumino macinato
<b>cucchiaino</b>	
<b>500 ml</b>	brodo vegetale
<b>100 ml</b>	passata di pomodoro
<b>1</b>	lattina di fagioli neri (400 g)
<b>1 cucchiaio</b>	<u>Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman</u>
<b>2 cucchiali</b>	coriandolo fresco sminuzzato
<b>Per servire</b>	
	avocado
<b>30 g</b>	formaggio cheddar
<b>2</b>	piccole tortilla (60 g)

## PREPARAZIONE

### Passaggio 1

Tagliare a dadini la cipolla e il peperone e affettare il chorizo. In una casseruola, farli soffriggere in olio d'oliva e, quando la cipolla sarà morbida e il chorizo sarà ben rosolato, aggiungere tutte le spezie, l'aglio tritato finemente e i fagioli scolati e sciacquati.

### Passaggio 2

Versare il brodo e la passata di pomodoro, insaporire con la salsa di soia Kikkoman (o ponzu) e il coriandolo tritato e cuocere per 15 minuti. Trascorso questo tempo, versare 1/3 della zuppa (senza chorizo) in un frullatore e frullarla fino a renderla omogenea. Versare la zuppa nuovamente nella casseruola e mescolare bene per amalgamare il tutto.

### Passaggio 3

Tagliare le tortilla a triangoli e tostarle in una padella asciutta.

### Passaggio 4

Versare la zuppa nelle ciotole e servire con avocado a fette, formaggio cheddar grattugiato e pezzi di tortilla.