

## Co na obiad: Zupa krem z groszku wg Piotra Ogińskiego



### DORADCA SMAKU



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
1H



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

#### Na zupę:

<b>olej</b>	2 łyżki
<b>cebula</b>	2 sztuki
<b>marchew</b>	1 sztuka
<b>seler</b>	1 sztuka
<b>pietruszka</b>	1 sztuka
<b>czosnek</b>	2 ząbki
<b>liście lurowe</b>	3 sztuki
<b>ziele angielskie</b>	6 sztuk
<b>liść lubczyku</b>	2 gałązki
<b>woda</b>	3 litry
<b>skrzydełka z indyka</b>	2 sztuki
<b>szyjki z indyka</b>	2 sztuki
<b>zielony groszek</b>	250 gramów
<b>śmietanka 30%</b>	150 mililitrów
<b>sól</b>	do smaku
<b>pieprz cytrynowy</b>	2 łyżeczki
<b>tymianek</b>	1 łyżeczka
<b>mięta liście</b>	7-8 liści
<b>masło</b>	60 gramów
<b>sok z cytryny</b>	z 1/4 owocu

**Na szaszłyk z kurczaka:**

<b>filety z kurczaka</b>	2 sztuki
<b>olej</b>	2 łyżki
<b>czosnek</b>	2 ząbki
<b>skórka cytrynowa</b>	z 1/2 owocu
<b>sok z cytryny</b>	z 1/4 owocu
<b>sól morską</b>	do smaku
<b>tymianek</b>	1 łyżeczka
<b>pieprz cytrynowy</b>	2 łyżeczki
<b>mięta</b>	6-8 liści

**Dodatki:**

<b>ziołowe mascarpone</b>	2-3 łyżki
<b>sok z cytryny</b>	do smaku
<b>mięta</b>	kilka listków
<b>listki kolendry</b>	kilka sztuk
<b>pieprz cytrynowy</b>	do smaku

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Na rozgrzanym oleju podsmażamy warzywa wraz z liśćmi laurowymi oraz zielem angielskim, przez ok 3-4 minuty.

Podsmażone warzywa zalewamy wodą, dodajemy kawałki indyka oraz lubczyk i gotujemy pod przykryciem 30-40 minut, aż mięso się będzie rozpadać.

Po tym czasie wyjmujemy mięso, ziele angielskie oraz liście laurowe, dodajemy groszek, śmietankę i gotujemy jeszcze ok. 10 minut pod przykryciem.

W międzyczasie do miski wlewamy olej, dodajemy czosnek, skórę i sok z cytryny, sól, pieprz, tymianek, miętę oraz kawałki fileta z kurczaka i dokładnie mieszamy.

Zamarynowanego kurczaka nadziewamy na pałeczki do szaszłyków i smażymy na rozgrzanej patelni ok. 4 minuty z każdej strony.

Po 10 minutach zupełnie doprawiamy pieprzem, solą, tymiankiem, sokiem z cytryny oraz miętą i mielimy ją na gładką masę.

Usmażonego kurczaka skrapiamy cytryną i wydajemy zupełnie do której wkładamy szaszłyk, polewamy ziołowym mascarpone, sokiem z cytryny, posypujemy cytrynowym pieprzem i dekorujemy liśćmi mięty oraz kolendry.

Smacznego!

Lubicie letnie zupy? To polecam Wam [przepis](#) na kapuśniak z młodej kapusty z boczkiem wędzonym i młodymi ziemniakami.