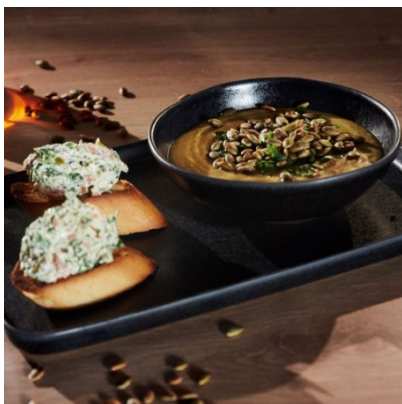


Doradca Smaku X: Zupa krem z ciecierzycy z pestkami dyni, odc. 2



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
45 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

Na zupę:

oliwa	4 łyżki
masło	2 łyżki
cebula	1 sztuka
czosnek	3 ząbki
ziemniaki ugotowane	2 sztuki
marchew	1 sztuka
ciecierzyca ugotowana	400 gramów
wywar warzywny	1 litr
śmietana 18%	100 mililitrów
pestki dyni	4 łyżki

Na grzanki:

kromki z bagietki	4 sztuki
pomidor	1 sztuka
serek twarogowy śmietankowy	4 łyżki
natka kolendry	1 pęczek
oliwki zielone Smak	6-7 sztuk
oliwa z chili	2 łyżeczki

Do smaku:

pieprz ziołowy Prymat

kmin rzymski mielony

sól morską - MŁYNEK Prymat

Pieprz czarny- MŁYNEK

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Zupa:

Do rozgrzanego garnka wlewamy oliwę, dodajemy masło. Cebulę i czosnek kroimy w kostkę, przekładamy do garnka i mieszamy. Ziemniaki i marchew kroimy w kostkę. Do garnka dodajemy po kolei - marchew i ziemniaki. Dokładnie mieszamy składniki. Warzywa doprawiamy pieprzem ziołowym, mieszamy. Dodajemy ciecierzycę (wcześniej ugotowaną, bądź z puszki), mieszamy. Wlewamy wywar z warzyw. Całość gotujemy na małym ogniu przez około 30-40 minut. Po upływie tego czasu, zupę blendujemy na gładki krem. Doprawiamy solą morską i czarnym pieprzem, całość mieszamy. Do miski wlewamy śmietanę i hartujemy ją dodając 1 łyżkę zupy i mieszając, następnie wlewamy do zupy. Doprawiamy kminem rzymskim, całość mieszamy. Patelnię rozgrzewamy, wsypujemy pestki dyni i prażymy na złocisty kolor.

Bagietka z serkiem:

Kromki bagietki układamy na blasze i wstawiamy do piekarnika nagrzanego do 180°C, pieczemy przez 5-7 minut na złocisty kolor. Zostawiamy do ostudzenia. Pomidor kroimy w kostkę, przekładamy do miski, dodajemy serek twarogowy. Kolendrę siekamy. Połowę posiekanej kolendry dodajemy do miski, całość mieszamy. Oliwki drobno siekamy, dodajemy do miski i mieszamy. Doprawiamy czarnym pieprzem i solą morską. Całość dokładnie mieszamy. Pastę z serka nakładamy na grzanki.

Gotowe grzanki układamy na talerzu (na porcję 1-2 grzanki), do miski wlewamy zupę. Posypujemy posiekaną kolendrą, uprażonymi pestkami dyni, polewamy oliwą.

Wywar warzywny:

Ugotować wywar z warzyw: woda (1,5 l), włoszczyzna, prażona cebula, czosnek, 3 liście laurowe, 5-6 ziaren ziela angielskiego. Całość gotujemy przez około 1 godzinę.