

PIKANTNY KREM Z BATATÓW



KARMEL-ITKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

batat	3 szt
cebula biała	1 szt
papryczka chili	1 szt
czosnek ząbki	3 szt
olej roślinny	2 łyżki
woda	1 litr
Liść laurowy suszony Prymat	1
Ziele angielskie całe Prymat	2 szt
Pieprz czarny ziarnisty Prymat	2 szt
Kurkuma mielona Prymat	szczypta
Gałka muskatołowa mielona Prymat	szczypta
oregano	szczypta
cząber	szczypta

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Bataty
obieram,
kroję w
kostkę.
Cebulę i
czosnek
również
obieram,
drobno
siekam, po
czym szklę na
rozgrzanym
oleju w
rondlu.
Z papryczki
usuwam
pestki,
drobno
siekam i
wrzucam do
cebuli z
czosnkiem.
Wrzucam
słodkie
ziemniaki,
wlewam
wodę, dodaję
liść laurowy,
odrobinę soli,
oraz ziele
angielskie,
doprowadzam
do wrzenia i
gotuję do
miękkości.

Kiedy bataty
zmiękną,
wyjmuję liść
laurowy i
ziele
angielskie,
miksuję przy
pomocy
blendera i
doprawiam
do smaku.