

Zupa krem z kukurydzy z orzeszkami z ciecierzycy



PATRYCJA33



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

zupa

| | |
|---|------------|
| kukurydza konserwowa | 1,5 puszki |
| marchew | 2 szt |
| ziemniaki | 3 szt |
| Liść laurowy suszony Prymat | 2 szt |
| ziele angielskie | szczypta |
| sól i pieprz | do smaku |
| Zioła prowansalskie suszone Prymat | do smaku |

orzeszki z ciecierzycy

| | |
|---|--------------|
| ciecierzyca ugotowana | 1,5 szklanki |
| oliwa | 5 łyżek |
| kolendra mielona | 1 łyżeczka |
| Zioła prowansalskie suszone Prymat | pół łyżeczki |
| Papryka słodka mielona Prymat | 2 łyżeczki |
| sól i pieprz | |

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Marchew i ziemniaki obieramy, kroimy w kostkę i zalewamy zimną wodą. Nastawiamy na palnik. Dodajemy liście laurowe, sól, pieprz, ziele angielskie. Gdy warzywa będą półtwarde to dodajemy kukurydzę oraz zioła prowansalskie. Gotujemy do miękkości. Zupę miksujemy na gładki krem, a następnie przecieramy przez sito.

Oliwę mieszamy z przyprawami, następnie polewamy ciecierzycę i mieszamy razem, tak aby każde ziarenko było oblepione przyprawami. Na wyłożoną papierem do pieczenia blaszkę, wysypujemy cieciorkę. Piekarnik rozgrzewamy. Blachę wkładamy do piekarnika i pieczemy w 170-180 stopniach aż ciecierzycyca będzie złocista i chrupiąca.

Gotową zupę podajemy posypaną orzeszkami z ciecierzycy.