Zupa marchwiowo - dyniowa z kalafiorem



SMACZNAPYZA

CZAS PRZYGOTOWANIA
30 MIN

ILOŚĆ PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

szkl. miąższu dyni, pokrojonego w drobną kosteczkę	1
szkl. surowej marchewki, pokrojonej w drobną kosteczkę	1
nieduży ziemniak, pokrojony w drobną kosteczkę	1
łyżka masła	1
szkl. wody lub wywaru jarzynowego	3
łyżeczki świeżo startej gałki muszkatołowej	1-2
łyżka soku z cytryny	1
sól, cukier	do smaku:
listki natki pietruszki	do ozdoby:
kalafior	1 szkl.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Marchewkę i ziemniaka zalać 2 szkl. wody lub wywaru jarzynowego, dodać masło, troszkę soli i cukru, po ok. 1/3 łyżeczki, dusić 3 min., dodać dynię i dusić jeszcze 5-10 min. aż warzywa będą zupełnie miękkie. Następnie całość zmiksować, jeśli zupa jest zbyt gęsta dolać płynu, ale ma być zawiesista i kremowa. Podgrzewamy ją ponownie, doprawiamy łyżeczką gałki muszkatołowej i ew. solą, jeśli trzeba. Różyczki kalafiora blanszujemy we wrzątku 2-3 min. - mają pozostać chrupiące. Na talerze nalewamy zupę, dodajemy kalafiora i oprószamy całość gałką oraz listkami natki. Ja dodaję dużo gałki muszkatołowej i musi być świeżo starta - taka ma cudowny, świeży aromat idealnie współgrający z dynią i marchewką.