

Zupa dyniowo-pomidorowa



ILKA_86



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

dynia	1,5 kg
bulion	4 szkl.
przecier pomidorowy	1 szkl.
cebula	1 szt.
sól	1 szczypta
pieprz	1 szczypta
Liść laurowy suszony Prymat	2 szt.
curry	1 łyżecz.
imbir	1/2 łyżecz.
oliwa	1 łyż.
sok z cytryny	1 łyżecz.
śmietana	3 łyż.
natka pietruszki	1 garść
pestki dyni	1 garść
Papryka słodka mielona Prymat	1 łyżecz.
Ziele angielskie całe Prymat	3 szt.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Cebulę obieram, siekam i podsmażam na oliwie. Dynię wraz z cebulą wkładam do garnka, zalewam bulionem (ilość zależy od tego, jak gęstą zupę chcemy uzyskać; ja dodałam tyle bulionu, że sięgał do około 3/4 wysokości dyni w garnku).
- KROK 2 Dodaje listek laurowy i ziele angielskie. Gotuję całość pod przykryciem, do momentu, aż warzywa zmiękną. Następnie wyciągam ziele angielskie i liść laurowy. Dodaję przecier pomidorowy, sok z cytryny i pozostałe przyprawy. Gotuję wszystko razem jeszcze chwilę, a następnie miksuję blenderem zupę na gładki krem.
- KROK 3 Pestki dyni podprażam na suchej teflonowej patelni, posypuję nimi gorącą zupę. Dekoruję talerze natką pietruszki oraz serduszkami ze śmietany, podaję.