

Czerwony krem z płatkami kukurydzianymi



FUTKA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

bulion	1,5 l
papryka czerwona	1 duża szt.
burak	1 szt.
cebula czerwona	1 szt.
marchewki	5 szt.
por (biała część)	
pietruszka	1 szt.
natka pietruszki	1 pęczek
czosnek	2 ząbki
imbir	około 1 cm
sól i pieprz	
oliwa	
płatki kukurydziane	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Propozycja na intensywnie czerwony, pożywny, smaczny i lekko słodki krem warzywny podawany z płatkami kukurydzianymi.

PRZYGOTOWANIE:

1. Cebulę, paprykę i por kroimy, a buraka ścieramy na tarce o grubych oczkach. Wszystko podsmażamy na oliwie z oliwek do momentu, aż warzywa delikatnie zmiękną.

Marchewki oraz pietruszkę obieramy, kroimy w kostkę, natkę pietruszki siekamy i wrzucamy do gotującego się bulionu. Po około 5 minutach dorzucamy podsmażone wcześniej warzywa i kawałek imbiru. Wszystko gotujemy do momentu, aż wszystkie warzywa nabiorą odpowiedniej miękkości (około 30 minut).

Na 15 minut przed końcem gotowania dodajemy posiekane ząbki czosnku.

2. Zawartość garnka miksujemy na jednolitą i gładką masę.

Powstały krem jeszcze raz zagotowujemy i doprawiamy świeżo zmielonym pieprzem i ewentualnie solą.

* Jeśli nie gustujemy w zbyt słodkich zupach, możemy ją zakwasić octem jabłkowym.

Podajemy z płatkami kukurydzianymi lub innymi dodatkami.

Życzę smacznego! :)