

Zupa cukiniowa



SMACZNAPYZA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

średnia marchewka	1
ziemniaki	3-4
duże ząbki czosnku	2
1 wywaru warzywnego (bez kapusty)	1
szkl. śmietany 12%	1/2
łyżeczki mąki pszennej (niekoniecznie)	1/2
pęczka koperku	1/2
łyżeczki świeżo startej gałki muskatołowej	1/3-1/2
ziarenka ziela angielskiego	2
sól	do smaku:
kilka łyżek startego oscypka	do posypania:

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Lubię zupy jarzynowe, ale cukinia jest właściwie bez smaku... Pomógł czosnek, gałka muskatołowa i duuużo koperku :-)

Ziemniaki obrać, pokroić w niewielką kostkę. Marchewkę oskrobać, cukinię umyć (ale nie obierać), obie zetrzeć (do osobnych naczyń) na dużych oczkach tarki jarzynowej. Czosnek obrać, posiekać. Koperek opłukać, osączyć, posiekać. Ziemniaki zalać wywarem, dodać liść laurowy i ziele angielskie, gotować 5-10 minut, dodać startą marchewkę, gotować następne 3-5 minut. Dodać czosnek, gałkę muskatołową i startą cukinię, gotować już tylko 2-3 min.. Śmietanę wymieszać dokładnie z mąką, zaprawić zupę. Na koniec doprawić zupę solą i wsypać koperek. Jak każdą zupę, najlepiej odstawić na 10-15 min. przed serwowaniem. Można podawać posypaną startym oscypkiem - ja miałam orawski, biały, nie wędzony.

