

Zupa krem z pomidorów



Wskazówki:

Podawaj z odrobiną śmietany, bazylią, ulubionym pieczywem.

Składniki:

- 1 marchew
- 1 pietruszka
- kawałek selera naciowego (można pominąć)
- pół cebuli
- 2 ząbki czosnku
- garść pomidorków koktajlowych
- pomidory z puszki
- kilka suszonych pomidorów z zalewy
- bulion warzywny (około 1l)
- przyprawy: oregano, bazylią, zioła prowansalskie
- 2 łyżki oliwy z oliwek
- śmietana (pomiń jeśli wybierasz opcję wegańską)

Przygotowanie:

1. W dużym garnku podgrzej oliwę (średni ogień). Dodaj pokrojone marchew, pietruszkę, seler, cebulę. Duś pod przykryciem około 10 minut.
2. Na osobnej patelni podsmaż czosnek, suszone pomidory z zalewy, dodaj przyprawy - oregano, zioła prowansalskie.
3. Do warzyw gotujących się w garnku dodaj pomidory z puszki i koktajlowe, następnie bulion. Dodaj suszone pomidory podsmażone wcześniej na patelni.
4. Wszystko dokładnie zamieszaj, dodaj sól, pieprz i zioła do smaku. Gotuj jeszcze około 15 minut.
5. Gdy zupa lekko wystygnie, zmiksuj ją na krem.