

Kapuśniak z młodej kapusty z fasolką szparagową zabieleny



Autor: **agnes72**

Przepisów: **629** Ocena: **3842**



5-6 os.



60 min



łatwe



tanie



Składniki:

- 2 ćwiartki z kurczaka,
- 470 g fasolki szparagowej zielonej,
- 1 gałązka selera,
- kawałek pora,
- 2 marchewki 200 g,
- 6 ziarenek ziela angielskiego,
- 2 liście laurowe,
- 6-8 ziemniaków (w zależności od wielkości ziemniaka i gęstości zupy),
- 200 g młodej kapusty,
- 1 mała śmietana 18 %,
- 1 płaska łyżka cukru,
- 2 łyżki natki pietruszki,
- 1-1,5 łyżki przyprawy z solą np. Vegeta.

Sposób przygotowania:

- 1 Do garnka wlać dwa litry wody, dodać umyte i pokrojone na części ćwiartki kurczaka, marchew pokrojoną dowolnie oraz liście selera i pora pokrojone drobniej dodać również ziela angielskie i liście laurowe. Całość gotować do czasu miękkości ćwiartek z kurczaka. Następnie dodać przyprawę z solą według swego smaku oraz ziemniaki pokrojone w kostkę i gotować do miękkości ziemniaków.



- 2 W czasie gdy ziemniaki gotują się w wywarze przygotować fasolkę szparagową, oczyścić z końcówek, pokroić w mniejsze kawałki i umyć. Jak już ziemniaki są miękkie dodać przygotowaną fasolkę i gotować na średnim ogniu do czasu aż będzie prawie miękka (ale nie może być całkowicie miękka, czyli tak zwane al ' dente lekko chrupka).



- 3 W międzyczasie gdy wywar gotuje się z fasolką, przygotować kapustę, poszatkować ją dość drobno. Gdy fasola jest już ugotowana tak jak chcieliśmy wtedy dodać kapustę i również gotować na wolnym ogniu do czasu gdy kapusta będzie miękka i fasola również.



- 4 Jak już w zupie kapusta z fasolką są dość miękkie przygotować śmietanę, rozprowadzić ją z gorącym wywarem od zupy i cukrem (dodając cukier do śmietany nie zważy ona się w zupie). Wlać śmietanę do gotującej się zupy i szybkim ruchem zamieszać i lekko zagotować. Na sam koniec gotowania się zupy doprawić ją jeszcze według swego smaku przyprawą z solą, dodać natkę pietruszki zagotować i zdjąć z ognia.



- 5 Zupa wyszła przepyszna można ją podać ze świeżo zmielonym pieprzem czarnym. Jeśli ktoś nie lubi zup na mięsie drobiowym można ugotować na innym rodzaju mięsa, ja ugotowałam na ćwiartkach aby szybciej przygotować obiad.



Twoje notatki do przepisu: