

Zupa krem z dyni



Autor: **kalita**

Przepisów: **3** Ocena: **21**



3-4 os.



30 min



łatwe



tanie



Składniki:

- 1 kg obranej i pokrojonej dyni
- 1 litr bulionu z kury
- 1 puszka mleczka kokosowego
- 3 - 4 łyżki oliwy z oliwek
- 3 - 4 ząbki czosnku
- 1 duża cebula dymka lub szalotka
- 1 papryczka pepperoni
- Kawałek imbiru lub 1 czubata łyżeczka imbiru w proszku
- 1/2 łyżeczki cynamonu
- 1/2 łyżeczki gałki muskatołowej
- Skórka otarta z 1 cytryny
- Groszek ptysiowy lub grzanki
- sól, pieprz i maggi do smaku

Sposób przygotowania:

- 1 Dynię obieramy ze skóry pozbywamy się środka i kroimy na mniejsze kawałki.



- 2 Czosnek, dymkę, imbir i papryczkę drobno kroimy.



- 3 W dużym garnku rozgrzewamy oliwę, wrzucamy posiekane składniki i chwilę podsmażamy. Ponieważ akurat nie miałem w domu świeżego imbiru i pepperoni, użyłem tych przypraw w proszku.



- 4 Wrzucamy pokrojoną dynię i chwilę podsmażamy mieszając.



- 5 Zalewamy bulionem (ja wykorzystałem wcześniej przygotowany zamrożony bulion) i gotujemy

pod przykryciem ok. 20 - 25 minut.



- 6 Następnie doprawiamy otartą skórkę z cytryny, cynamonem, gałką muszkatołową, solą i pieprzem.



- 7 Blenderem ucieramy całość na gładki krem.



- 8 Dodajemy mleczko kokosowe, mieszamy i ponownie zagotowujemy.



- 9 Krem podajemy posypany groszkiem ptysiowym lub grzankami.



Twoje notatki do przepisu: