

Krem z brukselki

data aktualizacji: 2021.01.27 autor: Redakcja



Składniki:

20 dag brukselki

por

łyżka masła i łyżka oleju

2 korzenie pietruszki

2 duże ziemniaki

1 marchew

liść laurowy

5 ziaren ziela angielskiego

sól

pieprz

po łyżce kopru, pietruszki i szczypiorku

4 kostki mrożonego szpinaku

ząbek czosnku

do podania oliwa z oliwek, kiełki

Wykonanie:

Pora siekamy drobno.

W garnku z grubym dnem rozgrzewamy masło i olej i dusimy pora.

Pietruszkę i ziemniaki obieramy, kroimy w kostkę i dorzucamy do pora, obsmażamy minutę i zalewamy wszystko litrem wody. Dodajemy obraną marchew, liść laurowy, ziele angielskie i gotujemy 20 min.

Brukselkę oczyszczamy z zewnętrznych liści, kroimy na połówki i dorzucamy do zupy – gotujemy jeszcze 10 min. Zupę wyłączamy.

Dodajemy sól, pieprz, zioła, szpinak i przeciśnięty przez praskę czosnek. Z zupy wyławiamy marchewkę, kroimy w plasterki i na sam koniec wrzucamy do zmiksowanej zupy.

Doprawiamy do smaku.

Porcje kremu podajemy skropione oliwą i posypane kiełkami lub ugotowanymi brukselkami.

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosc/item/37941-krem-z-brukselki>