

Zupa z marchewki

data aktualizacji: 2024.05.10 autor: Redakcja



Składniki:

- 2 duże marchewki
- 1 łodyga selera naciowego
- 1 cebula
- 1 ząbek czosnku
- 2 łyżki masła
- 3 szklanki bulionu
- 1/2 łyżeczki ostrej papryki
- 1/2 łyżeczki słodkiej papryki
- 1 łyżeczka curry
- 1/2 łyżeczka imbiru
- pół kubeczka jogurtu naturalnego

Przygotowanie:

Wszystkie warzywa obrać, umyć i pokroić w plasterki. W rondelku roztopić masło. Następnie wrzucić pokrojone warzywa: marchewkę, seler, czosnek i cebulę. Podsmażyć 3 minuty. Dodać słodką i ostrą paprykę, curry, imbir. Podsmażyć kolejne 3 minuty. Zalać ciepłym bulionem i gotować pod przykryciem, na wolnym ogniu przez ok. 20 minut. Zmiksować wszystko blenderem. Doprawić solą i pieprzem. Po przelaniu

do miski dodać 3 łyżki jogurtu naturalnego.

Źródło: <https://eglos.pl/aktualnosci/item/38917-zupa-z-marchewki>