

ZUPA DYNIOWA



Składniki:

- 750 g dyni (waga po obraniu)
- 250 g ziemniaków
- 2 pomidory (ok. 300 g)
- 3 szklanki (750 ml) bulionu
- 1 cebula
- 2 ząbki czosnku
- 2 łyżeczki przyprawy curry w proszku
- 1 łyżeczka kurkumy
- 2 łyżki oliwy
- 1/2 szklanki (125 ml) śmietanki 18% do zup i sosów
- świeża bazyli

Przygotowanie:

- Dynię obrać ze skórki, usunąć nasiona, miąższ pokroić w kostkę. Ziemniaki obrać i też pokroić w kostkę.
- W większym garnku na oliwie zeszklić pokrojoną w kosteczkę cebulę oraz obrany i pokrojony na plasterki czosnek. Dodać dynię i ziemniaki, doprawić solą i smażyć co chwilę mieszając przez ok. 5 minut. Pod koniec dodać curry i kurkumę.
- Wlać gorący bulion, przykryć i zagotować. Zmniejszyć ogień do średniego i gotować przez ok. 10 minut.
- Świeże pomidory sparzyć, obrać, pokroić na ćwiartki, usunąć szypułki oraz nasiona z komór. Miąższ pokroić w kosteczkę i dodać do zupy. Pomidory z puszek są już gotowe do użycia, wystarczy dodać do potrawy.
- Wymieszać, przykryć i gotować przez ok. 10 minut lub dłużej, do miękkości warzyw. Zmiksować w blenderze z dodatkiem śmietanki (zachować parę łyżeczek do skropienia zupy).
- Zupę przed podaniem posypać posiekaną bazylią.