Krem dyniowy z imbirem i mleczkiem kokosowym - przepyszny!

Zdrowie na języku

Polecane na: **zupa**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 4 porcje

Składniki:

- dynia - 1,3 kg
- cebula - 1 szt.
- czosnek - 2 ząbek
- papryczka chilli - 1 szt.
- imbir - kawałek
- olej kokosowy - 1 łyżka
- woda - 1 szklanka
- mleczko kokosowe - 200 ml
- curry - 1 łyżka
- sól himalajska, papryka wędzona, papryk słodka, pieprz ziołowy, pieprz czarny, szczypta pieprzu cayenne - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: W garnku rozpuść i rozgrzej olej kokosowy. Podsmaż na nim drobno posiekane cebule, czosnek, papryczkę chilli oraz imbir. Smaż ok. 10 minut.

KROK 2: Następnie dodaj obraną i oczyszczoną dynię pokrojoną w grubą kostkę. Zalej szklanką wody i od zagotowania gotuj na małym ogniu przez 30 minut.

KROK 3: Teraz dodaj przyprawy, dokładnie wymieszaj i gotuj kolejne 10 minut.
Wlej mleczko kokosowe i gotuj jeszcze ok. 5 minut.

KROK 4: Całość pozostaw do ostygnięcia.
Całkowicie ostudzoną zupę zmiksuj.