



Krem z buraka



Barbara Strużyna

Polecane na: **zupa**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

60 min

2 porcje

Składniki:

buraki - 1 kg

słonecznik - 3 garść

oliwa lub olej z chili - 3 łyżka

krem balsamiczny - 3 łyżka

sól - - szczypta

pieprz - - szczypta

Dodatkowe info:

Smak tej zupy zależy od smaku buraków. Czasami może się zdarzyć, że będą gorzkie, ale moje były przepysznie słodkie i to zrobiło całą robotę.

Gdyby zupa krem wydała się nam zbyt gęsta możemy dodać trochę wody, wywaru warzywnego lub ewentualnie rosołu. Ja jednak jestem fanką takich zblendowanych buraków. Polewamy ulubionym olejem może być pikantnym lub oliwą. Koniecznie dodajcie krem balsamiczny lub ocet balsamiczny, podkreca cały smak kremu. Zamiast pestek słonecznika możemy użyć inne np. pestki dyni.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Buraki szorujemy, wkładamy do garnka, zalewamy wrzątkiem i gotujemy do miękkości ok 30 - 45 min. Wyciągamy z garnka, czekamy aby trochę przestygły, obieramy ze skórki. Wkładamy do miksera, szczypta soli, miksujemy na krem.

Na patelni prażymy delikatnie nasiona słonecznika.

KROK 2: Przekładamy krem na talerz,

polewamy ulubionym olejem lub oliwą.

Skrapiamy kremem balsamicznym lub octem balsamicznym. Posypujemy słonecznikiem.

Możemy również posypać zupę zieleniną

- posiekanym koperkiem lub natką pietruszki,

szczyptą pieprzu.

Smacznego!