Barszcz ukraiński z bobem

Nikita

Polecane na: **zupa**

Kuchnia (region): **arabska, arabska**

Warto wiedzieć:

40 min

5 porcji

Składniki:

- Buraki średnie ekologiczne - 5 szt.
- Marchewka ekologiczna - 2 szt.
- Pietruszka korzeń ekologiczna - 1 szt.
- Seler korzeń ekologiczny - 1/2 szt.
- Por kawałek -
- Czosnek - 2-3 ząbek
- Lubczyk gałązka -
- Bób mrożony lub świeży - 1 szklanka
- Jarmuż młode liście kilka sztuk -
- Seler naciowy - 1 laska
- Domowy przecier pomidorowy - 1/2 szklanka
- Sól i pieprz do smaku -
- Liście laurowe - 2 szt.
- Ziele angielskie - 2 szt.
- Ocet domowy wiśniowy lub śliwkowy (ewentualnie sok cytrynowy) - 2-3 łyżka

Dodatkowe info:

Bardzo lubię taki barszcz pełen warzyw z dodatkiem bobu, bez mięsa z domowym pysznym chlebem.
W lecie specjalnie mrożę kilka woreczków bobu:)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Warzywa korzeniowe umyć i obrać.

KROK 2: Zetrzeć na tarce jarzynowej.

KROK 3: Liście jarmużu, por, lubczyk i seler naciowy umyć.
Bób ugotować al dente.

KROK 4: Zielone warzywa posiekać drobno.
Czosnek przecisnąć przez praskę.
Bób obrać ze skórki.

KROK 5: Starte warzywa korzeniowe włożyć do garnka. Zalać gorącą wodą. Gotować 5 minut.
Dodać pozostałe warzywa (oprócz bobu i czosnku) i przyprawy. Gotować około 15-20 minut.

KROK 6: Dodać czosnek i bób chwilę gotować. Ewentualnie doprawić do smaku.

KROK 7: Podawać z domowym razowym chlebem na zakwasie i kleksem jogurtu lub śmietany. Posypać natką pietruszki.