Krem dyniowo-marchewkowy z pomarańczą i grzankami

wegeweda

Polecane na: **zupa**

Warto wiedzieć:

40 min

8 porcji

Składniki:

dynia hokkaido - 1 kg
bulion warzywny - 1 litr
marchew - 3 szt.
cebula - 1 szt.
czosnek - 4 ząbek
pomarańcza - 1 szt.
mleko kokosowe - 1/2 szklanka
kardamon - 1 łyżeczka
curry - 1 łyżeczka
słodka papryka - 1 łyżeczka
gałka muszkatołowa - 1/2 łyżeczka
imbir - kawałek
sól i pieprz - do smaku
oliwa -
Składniki na grzanki: -
czerstwy chleb - 3 kawałek
zioła prowansalskie - 2 łyżeczka
suszony czosnek - 1/2 łyżeczka
oliwa - 2 łyżka
sól - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Dynię pokrój na mniejsze części i umieść na blachę wyłożoną papierem do pieczenia, skrop oliwą i wstaw do piekarnika rozgrzanego do 180 stopni na około 30 minut.

KROK 2: W małym garnuszku ugotuj do miękkości marchewkę.

KROK 3: Do dużego garnka z odrobiną oliwy wrzuć pokrojoną w kostkę cebulę oraz posiekany czosnek i imbir. Dodaj wszystkie przyprawy. Podsmażaj, aż cebula się zarumieni.

KROK 4: Wyjmij upieczoną dynię z piekarnika, oddziel miąższ od skóry i wyjmij pestki. Pokrój dynię w kostkę i dodaj do garnka. Dodaj też ugotowane i pokrojone w kostkę marchewki.

KROK 5: Podsmażaj chwilę, aż warzywa nabiorą smaku cebuli, czosnku i przypraw. Następnie zalej bulionem warzywnym i gotuj pod przykryciem około 15 minut.

KROK 6: W tym czasie przygotuj grzanki. Chleb pokrój w kostkę o boku ok. 1 cm. Przełóż do miski, dodaj oliwę, zioła prowansalskie, czosnek i sól. Wymieszaj całość delikatnie dłońmi. Podsmażaj na patelni na złoto z każdej strony.

KROK 7: Zdejmij wywar z zupą z ognia i zaczekaj, aż trochę ostygnie. Następnie zmiksuj blenderem na gładki krem.

KROK 8: Postaw z powrotem na palnik, dodaj sok wyciśnięty z jednej pomarańczy oraz mleko

kokosowe. Posól i popierz do smaku. Gotowe!