Krem marchewkowo - pomidorowy

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: zupa

Warto wiedzieć:

25 min

6 porcji

Składniki:

marchew - 10 szt.
cebula - 1 szt.
przecier pomidorowy - 700 g
napój migdałowy - 500 ml
płatki drożdżowe - 2 łyżka
sól - 2 łyżeczka
oregano - 1 łyżeczka
papryka słodka mielona - 1 łyżeczka
curry - 1 łyżeczka
kurkuma - 1 łyżeczka
dodatki: jajo - 6 szt.
dodatki: olej z pestek dyni - 6 łyżeczka
dodatki: fasola konserwowa - 500 g
dodatki: sriracha - trochę trochę

Dodatkowe info:

Zupę najlepiej podawać ciepłą, w zimowe dni mocno rozgrzewa.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Marchew obierz, pokrój na mniejsze kawałki i ugotuj w 2 szklankach wody wraz z cebulą.

KROK 2: Następnie dodaj przecier pomidorowy, napój migdałowy, płatki drożdżowe i przyprawy.

KROK 3: Całość zagotuj, a następnie zblenduj na gładki krem.

KROK 4: Zupę rozlej na talerze, po czym na każdy nałóż jajko, fasolę, polej olejem i sriracha.