





Pikantna zupa krem z dyni i marchewki

 Renixx

Polecane na: [zupa](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 60 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

dynia - 1/2 kg
marchewka - 20 dag
ziemniaki - 10 dag
papryka czerwona - 1 szt.
papryczka chili - trochę
cebula średnia - 1 szt.

masło - 1 łyżka
olej - 1 łyżka
czosnek - 1 ząbek
wywar z kurczaka - 250-300 ml
sól, pieprz, sok z cytryny, śmietana
- do smaku

Dodatkowe info:

Zupa z dyni i marchewki z dodatkiem papryczki chili jest rozgrzewająca, w sam raz na chłodne jesienne dni.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Dynię i paprykę umyć, osuszyć, pokroić na kawałki, usunąć gniazda nasienne. Razem z papryczką chili ułożyć na blaszce wyłożonej papierem do pieczenia. Wstawić do nagrzanego do 190 stopni i piec do miękkości (około 30-40 minut). Następnie ostudzić i obrać ze skórki.

KROK 2: Ziemniaki i marchewkę obrać, pokroić w pół plasterki.

Na patelni rozgrzać masło i olej wsypać ziemniaki, marchewkę, posiekaną cebulę i czosnek, mieszając, smażyć około 5 minut.

KROK 3: Przełożyć do garnka, wlać wywar z kurczaka i gotować do miękkości warzyw. Połączyć z papryką i dynią, (papryczkę chili dodawać według własnego uznania).

Wszystko razem zmiksować na gładki krem, doprawić do smaku solą, pieprzem i sokiem z cytryny, zagotować.

Podawać z dodatkiem śmietany.