Rosół carry z prażonym słonecznikiem

Tylko z Natury

Polecane na: **zupa**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

120 min

łatwy

6 porcji

Składniki:

porcja rosołowa - 1/2 kg
marchewka - 3 szt.
pietruszka - 1 szt.
por - 5 cm
cebula - 1 szt.
woda - 2 litr
sól morska - do smaku
pieprz czarny w ziarnach - 6 szt.
curry - 1-1,5 łyżeczka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do garnka z ZIMNĄ wodą wkładam przygotowane mięso. Kiedy woda z mięsem zacznie się gotować, na powierzchni pokazują się tzw. szumowiny, które zbieram przy pomocy małego sitka. W tym momencie zmniejszam ogień, tak aby wywar bardzo delikatnie pyrkał. Następnie do garnka wrzucam wszystkie, umyte i obrane wcześniej, warzywa. Jedynie cebulę opiekam nad palnikiem by nadała rosołowi piękny kolor. Przyprawiam solą, dodaję pieprz w ziarnach. Następnie gotuję długo, długo, dłuuugo…kontrolując, czy rosół nie wrze zbyt mocno.
Po zakończeniu gotowania przelewam rosół przez metalowe sitko do mniejszego garnka, pozbywając się w ten sposób wszelkich niechcianych składników (lub tego co z nich pozostało). Następnie z sitka wybieram te, które chcę zachować do spożycia (np. marchewkę, mięso czy pietruszkę). Rozgrzewam patelnię (bez tłuszczu) i wsypuję słonecznik. Po kilku minutach prażenia dodaję carry, całość mieszam ok. 1 minutę pilnując by się carry nie przypaliło. Dodaje do carry i słonecznika troszkę wywaru, by zebrać cały smak z patelni i całość wlewam do wywaru. Rosół szybko gotuję i podaję z makaronem.