Zupa grzybowa z kaszą jęczmienną

bioart

Polecane na: **zupa**

Kuchnia (region): **polska**

Warto wiedzieć:

0 min

10 porcji

Składniki:

- woda - 3 litr
- grzyby (pieczarki, podgrzybki, prawdziwki lub inne) - 700 - 800 g
- cebula - 1 szt.
- marchew - 2 szt.
- ząbek czosnku - 1 szt.
- pietruszka - 1 szt.
- por mały - 1 szt.
- seler - 1 kawałek
- kasza jęczmienna (wiejska) - 1 filiżanka
- sól - do smaku
- pieprz - do smaku
- liść laurowy - 3-4 szt.
- ziele angielskie - 3-4 szt.

Dodatkowe info:

Do przygotowania zupy grzybowej z kaszą jęczmienną można użyć świeżych, mrożonych lub suszonych grzybów. Świeżo zebrane grzyby trzeba umyć, oczyścić i posiekać na drobniejsze kawałki. Grzyby mrożone trzeba wcześniej rozmrozić, następnie (jeśli wcześniej nie zostało to zrobione) pokroić na mniejsze kawałki. Suszone natomiast trzeba namoczyć na min. 2 godziny. Najlepiej na noc. Kiedy będą już miękkie wtedy trzeba pokroić. Wodę w której się moczyły nie należy wylewać. Warto ją zachować i wlać do wywaru warzywnego. Do przygotowania tego przepisu zostały użyte grzyby mrożone (prawdziwki i podgrzybki) i świeże pieczarki.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do garnka wlej zimną wodę. Włóż obrane marchewki, pietruszkę, pora, kawałek selera i czosnek. Wrzuć liść laurowy i kilka ziarenek ziela angielskiego. Trochę posól. Całość gotuj do miękkości warzyw.

KROK 2: Wyjmij marchew, pietruszkę, pora i selera z wywaru. Marchew odstaw do wystygnięcia.

KROK 3: Pokrojone grzyby podziel na dwie porcje: ¾ grzybów odstaw, a ¼ zmiel za pomocą blendera z 1 ząbkiem czosnku na gładką masę.

KROK 4: Obierz cebulę, pokrój w kostkę i zeszklij na patelni. Niezmieloną porcję grzybów dodaj do zeszklonej cebuli i chwilę podsmaż. Przypraw solą i pieprzem.

KROK 5: Marchew z wywaru warzywnego zetrzyj na tarce o grubych oczkach.

KROK 6: Do wywaru warzywnego wrzuć kaszę jęczmienną i gotuj 20 min. Wrzuć podsmażoną cebulę z grzybami oraz zmielone grzyby. Zmielone grzyby dodawaj powoli, po łyżce cały czas mieszając. Gotuj ok. 20 min. Następnie wrzuć marchew i chwilę pogotuj. Dopraw solą i pieprzem. Całość odstaw i przykryj. Zostaw pod przykryciem na pół godziny, żeby kasza jęczmienna napęczniała.

KROK 7: Zupę można zaprawić lekko śmietaną. Podawać z świeżo posiekaną zieloną pietruszką.