





Zupa krem z dyni z oliwą paprykową

 Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: [zupa](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 4 porcje

Składniki:

dynia pokrojona w kostkę - 750 g
marchew duża - 1 szt.
koncentrat pomidorowy - 2 łyżeczka
bulion warzywny - 1 litr
imbir świeży - 2 cm

cebula drobno posiekana - 1 szt.
śmietanki kokosowej - 1/4 szklanka
oliwy paprykowej po 1 łyżce na porcję -
sól, pieprz - - do smaku
płatki suszonego chili - - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Cebulę zeszklij na oliwie wraz z imbirem, dodaj dynię, obraną i pokrojoną marchew, zalej wszystko bulionem i gotuj do miękkości warzyw. Zmiksuj zupę na gładki krem, dodaj śmietankę i koncentrat i dopraw do smaku. Podawaj z kroplą oliwy paprykowej na wierzchu. Łyżeczkę papryki suszonej słodkiej wsyp na małą patelnię wlej kilka łyżek oliwy i zagotuj. Idealna jako rozgrzewająca zupa na chłodne jesienne wieczory.