

Крем-суп из тыквы и нута



Время приготовления: 60 min.

Степень сложности: Легкий

Ингредиенты

• Ингредиенты

- Мякоть томатов в кубиках 500g 250 г
- лук 1 шт.
- морковь 2 шт
- нут 550 г
- овощной бульон 750 мл
- оливковое масло 3 ст.л
- перец по вкусу
- розмарин по вкусу
- соль по вкусу
- стебель сельдерея 1 шт
- тыква 250 г

Для этого рецепта мы использовали:



Приготовление

1. Заранее замочите нут в холодной воде, минимум на 7-8 часов.
2. По истечении этого времени нарежьте мелко сельдерей, очищенную морковь и очищенный лук.
3. Обжарьте морковь, сельдерей и лук на сковороде в течение 1 минуты.
4. Добавьте на сковороду мякоть томатов в кубиках Pomì и дайте им пропитаться ароматом в течение минуты.
5. В кастрюлю выложите очищенную и крупно порезанную тыкву и хорошо просушенный нут. Влейте томатный соус с овощами, хорошо перемешайте и посолите. Влейте воду, и варите 45 минут, при необходимости добавляйте воду.
6. После приготовления смешайте все ингредиенты погружным блендером.
7. Приправьте крем-суп из тыквы и нута черным перцем и рубленным розмарином. Приятного аппетита!