



Супа от цвекло и зелен фасул

⌚ 25—35 Минути   

Подготовка

Съставки за 4 Порции

♦ = Kotányi Produkte

1	Лук
200 g	Зелен боб
300 g	Цвекло, предварително сварено
100 ml	Кокосово мляко
600 ml	Вода
300 g	Пуешко филе
100 g	Горгонзола
1 с.л.	♦ Куркума, мляна
1 ч.л.	♦ Джинджирил, млян
½ ч.л.	♦ Канела на прах
Щипка	♦ Морска сол
Щипка	♦ Черен пипер на зърна
	Слънчогледово олио

- Обелете лука и нарежете на едри парчета. Ако използвате пресен зелен фасул, отрежете краищата. Ако използвате замразен зелен фасул, размразете и нарежете на ок. 2-сантиметрови парчета. Гответе зеления фасул в съд с подсолена вода за около 10 минути, докато омекне, след това го отцедете и потопете в ледено студена вода.
- Загрейте олиото в тиган, след това добавете лука и половината зелен фасул и запържете. Добавете подправките в тигана и запържете за няколко секунди. Използвайте оцет, за да деглазирате тигана веднага, и налейте вода. Оставете да ври около 10 минути на умерен огън.
- Нарежете на едро цвеклото и добавете към супата. Оставете да къкри около 5 минути и използвайте ръчен пасатор, за да пасирате до хомогенна смес. Добавете кокосовото мляко и подправете на вкус с много сол и черен пипер.
- Изплакнете пуешкото филе със студена вода и подсушете с кухненска хартия. Нарежете на кубчета по 2 см. Напрошете горгонзолата на едро.
- Запържете пуешкото и останалия зелен фасул в 2 с.л. олио до златистокафяво и посолете.
- Изсипете супата в купички и гарнирайте с пуешкото, зеления фасул и горгонзолата.

