



Крем супа с кокосово мляко и кейл

⌚ 45—60 Минути 

Подготовка

Съставки за 4 Порции

♦ = Kotányi Produkte

1 връзка	Кейл
2 скилигки	Чесън
Половин	Червен лук
300 ml	Зеленчуков бульон
600 ml	Вода
400 ml	Кокосово мляко
1 с.л.	Кафява захар
1 с.л.	Сок от лайм
1 с.л.	Сок от лимон
100 g	Гъби
150 g	Бейби спанак
1 с.л.	♦ Джинджифил, мян
2 с.л.	♦ Къри
	♦ Хималайска сол
2 с.л.	Зехтин

- 1 Измийте листата кейл и нарежете неравномерно на дребно. Обелете и накълцайте на ситно чесъна и лука.
- 2 Сотирайте чесъна и лука в малко зехтин. Добавете микса за къри и разбъркайте за кратко.
- 3 В тенджерата добавете листата от кейл, кокосовото мляко, зеленчуковия бульон, чесъна и лука. Овкусете с джинджифил, сол и пипер и оставете да къкри 10 минути. След това добавете соковете от лайм и лимон, както и кафявата захар.
- 4 Усилете котлона, докато супата заври. След това пасирайте с ръчен пасатор. Добавете водата и пасирайте отново. Оставете супата на слаб огън.
- 5 Нарежете гъбите и ги опържете в зехтин.
- 6 Добавете спанака към супата и разбъркайте, докато омекне.
- 7 Сервирайте супата с опържените гъби.

