



Крем супа с kokосово мляко и кейл

🕒 45–60 Минути 

Подготвка

- Измийте листата кейл и нарежете неравномерно на дребно. Обелете и накълцайте на ситно чесъна и лука.
- Сомирайте чесъна и лука в малко зехтин. Добавете микса за къри и разбъркайте за крамко.
- В менджера 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.
- Усилете комлона, докато супата заври. След това пасирайте с ръчен пасатор. Добавете Богата и пасирайте отново. Оставете супата на слаб огън.
- Нарежете гъбите и ги опържете в зехтин.
- Добавете спанака към супата и разбъркайте, докато омекне.
- Сервирайте супата с опържените гъби.

Съставки за 4 Порции

👉 = Kotányi Produkte

1 Бръзка	Кейл
2 скилидки	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, млян
2 с.л.	👉 Къри
	👉 Хималайска сол
2 с.л.	Зехтин

