

Supă gustoasă de morcovi și cartofi

20–30 Min.

Ingrediente 2 Porții

= Kotányi Produkte

1 lingură	Ulei de măsline
1	Ceapă
100 g	Cartofi, făinoși
1	Morcov
350 ml	Supă de legume, limpede
75 g	Smântână
1 lingură	Oțet de mere
1 bucată	Frunze de dafin întregi
1 linguriță	Măghiran mărunțit
1 un vârf de cuțit	Sare de mare iodată

Pregătire

1. Curăță ceapa de coajă și tai-o în felii subțiri. Curăță de coajă și taie morcovii și cartofii în bucăți mici.
2. Încinge uleiul într-o tigaie și călește ceapa. Adaugă morcovii și cartofii și prăjește timp de 4 minute.
3. Toarnă supa, adaugă frunza de dafin, acoperă și lasă la fiert la foc mediu până când cartofii devin moi.
4. Ia de pe foc și scoate frunza de dafin.
5. Adaugă smântâna, oțetul din cidru de mere și măghiranul apoi folosește un blender de mână pentru a amesteca până face spumă.
6. Asezonează cu sare de mare și piper măcinat și savurează.