



Zupa z batatów z Harissą

⌚ 45–60 Min   

Przygotowanie

- 1 W pierwszym kroku obierz i pokrój w kostkę słodkie ziemniaki. Następnie posmaruj odrobiną oleju i piecz w piekarniku w temperaturze 150° przez 20 minut.
- 2 W międzyczasie obierz i pokrój w drobną kostkę cebulę i czosnek. Smaż je na patelni na odrobinie oliwy z oliwek, aż będą przezroczyste. Teraz dodaj bulion z kurczaka i zagotuj. Następnie dodaj batata i wszystko zmiksuj mikserem ręcznym.
- 3 Dopraw do smaku szczyptą soli i pieprzu i ponownie krótko duś. W międzyczasie przygotuj mieszankę przypraw harissa. W tym celu wymieszaj w misce wszystkie wymienione w składnikach przyprawy i rozgnieć w moździerz.
- 4 Aby uzyskać szczególnie aromatyczny smak, przed podaniem dodaj do zupy 2 łyżki harissy. Zupę podawać ze świeżo posiekaną natką pietruszki.

WSKAZÓWKA: Pozostałą mieszankę przypraw można z łatwością przechowywać w zamkniętym słoiku przez kilka tygodni.

5

Składniki - Ilość osób: 4

♦ = Kotányi Produkty

Na zupę

0.5 kg	Słodkie ziemniaki (bataty)
1 szt	Biała cebula
2 szt	Ząbki czosnku
1 szklanka	Świeża pietruszka
800 ml	Bulion z kurczaka

Na harisę

7 łyżek	Płatki chili
6 łyżek	Mielona kolendra
4 łyżki	♦ Kmin Rzymski mielony (Kumin)
1 łyżka	♦ Czosnek granulowany
4 łyżki	♦ Sól Morska gruboziarnista jodowana
3 łyżki	♦ Papryka Słodka mielona

