

Zupa z jarmużu z mlekiem kokosowym

— Min

Składniki - Ilość osób:

= Kotányi Produkte

0.5 szt	Jarmuż
2 szt	Ząbek czosnku
0.5 szt	Czerwona cebula
300 ml	Bulion warzywny
600 ml	Ciepła woda
400 ml	Mleko kokosowe
1 łyżka	Brązowy cukier
1 łyżka	Świeży sok z limonki
1 łyżka	Świeży sok z cytryny
100 g	Pieczarki
150 g	Świeży szpinak baby
1 łyżka	Imbir mielony
2 łyżki	Curry
1 młynek	Sól Himalajska
2 łyżki	Oliwy

Przygotowanie

1. Pokrój jarmuż na małe kawałki i umyj. Umyj też młody szpinak. Obierz i drobno posiekaj czosnek i cebulę. Teraz postaw duży rondel na kuchence i podgrzej go.
2. Podsmaż w rondlu czosnek i cebulę w niewielkiej ilości oliwy z oliwek. Dodaj curry i krótko smaż.
3. W kolejnym kroku dodaj jarmuż, mleko kokosowe i wywar warzywny, dopraw imbirem, solą i pieprzem. Gotuj zupę przez około 10 minut. Dodaj sok z limonki i cytryny oraz brązowy cukier.
4. Ponownie krótko zagotuj, a następnie zmiksuj całość blenderem ręcznym. Dodaj wodę i zblenduj ponownie. Następnie pozwól zupie zagotować się i w tym czasie przygotuj grzyby. Pieczarki umyj, a następnie pokrój w plastry.
5. Pieczarki podsmaż na krótko na patelni z obu stron na odrobinie oliwy z oliwek. Przed podaniem zupy wymieszaj ją z młodym szpinakiem i posyp pieczarkami.

WSKAZÓWKA: Pieczarki będą jeszcze smaczniejsze jeśli oliwę zastąpisz masłem.