



СВЯТКОВИЙ БУРЯКОВИЙ СУП ІЗ СУШЕНИМИ ФІНІКАМИ І ФУНДУКОМ

ЧАС ПІДГОТОВКИ: 20 ХВИЛИН – ЧАС ПРИГОТУВАННЯ: 25 ХВИЛИН

ІНГРЕДІЄНТИ

- 15 г цибулі
- 5 г імбиру
- 200 г буряка
- 40 г яблука
- 25 г апельсинів
- 5 г фундука
- 10 г сушеного інжиру
- 20 г пармезану
- 50 г натурального соєвого напою
- 5 мл оливкової олії
- 80 мл овочевого бульйону
- 5 г сметани (10% жирності)
- стебло свіжої петрушки
- щіпка прянощів для імбирного печива
- щіпка коричневого цукру
- щіпка солі
- щіпка чорного перцю
- 1 лавровий листок

ПІДГОТОВКА

1. Очистіть і дрібно наріжте цибулю та імбир.
2. Вимийте і очистіть від шкірки буряк і яблука, потім поріжте їх.
3. Розігрійте олію у великій каструлі iCook на середньому вогні, додайте цибулю та імбир і смажте 1-2 хвилини до напівпрозорості.
4. Додайте буряк і яблуко та готуйте ще 2-3 хвилини.
5. Додайте овочевий бульйон, спеції, цукор і лавровий листок. Накрийте суп і готуйте на повільному вогні ще 20 хвилин.
6. Поки готується суп, приготуйте топінг. Дрібно натріть апельсин і вичавіть сік. Наріжте фундук і, використовуючи маленьку каструлю iCook, підсмажте його до появи аромату. Поріжте фініки і петрушку. Натріть пармезан і змішайте його з петрушкою, фініками й горіхами.
7. Вийміть лавровий листок з каструлі, додайте соєвий напій і пюрируйте суп до вершкової консистенції. Додайте сіль, перець і апельсиновий сік перед подачею.

Подача страви Розлийте суп по тарілках і додайте топінг.