

MARCHEWKOWO- JAŚMINOWA ROZKOSZ

Normatyw surowcowy na 10 litrów

Składniki:

Marchewka – 8 kg
Masło – 0,5 kg
Cebula – 1,5 kg
Imbir świeży – 0,3 kg
Czosnek – 4 główki
Śmietana 36% - 1 l
Herbata zielona jaśminowa sypana – ok. 200-300 g
Papryka ostra mielona – 2 opakowania
Pietruszka zielona – 2 pęczki
Koperek zielony – 1 pęczek
Mleko 3,2% - 0,5 l
Seler – 1 kg
Pomidory dojrzałe – 0,5 kg
Ziele angielskie – 1 opakowanie
Liście laurowe – 1 opakowanie
Por – 0,3 kg
Sól i pieprz do smaku

Przygotowanie zupy:

Warzywa myjemy i obieramy (marchewka, cebula, imbir, czosnek). Następnie kroimy cebulę w kostkę, imbir ścieramy na tarce. Marchewkę kroimy w pół plastry, a czosnek w cienkie plastry. W garnku w którym będziemy gotować zupę rozpuszczamy masło, następnie podsmażamy cebule, po zeszkleniu dodajemy czosnek, marchew i starty imbir. Podsmażamy jakiś czas. Następnie dodajemy wywar jarski i śmietanę. Po chwili dodajemy jeszcze herbatę jaśminową. Wszystko gotujemy i w między czasie przyprawiamy solą, pieprzem i papryką ostrą mieloną. Po ugotowaniu zupy wszystko blenderujemy i przecedzamy przez sito aby uzyskać jednolitą masę.

Przygotowanie wywaru

Warzywa myjemy i obieramy (cebula, marchewka, pietruszka korzeń, por, seler, pomidor). Następnie napełniamy garnek do $\frac{3}{4}$ objętości i wrzucamy wszystkie warzywa oraz wcześniej paloną cebulę, wodę solimy. Dodajemy ziele angielskie, liście laurowe i pęczek pietruszki. Wszystko gotujemy. Po ostudzeniu przecedzamy zupę przez sito.

Dodatek do zupy „marchewkowo-jaśminowa rozkosz”

Składniki:

2 bagietki
kostka masła
6 ząbków czosnku
Natka pietruszki
Zioła prowansalskie, oregano

Wykonanie :

Bagietkę pokroić i włożyć na brytfankę wyłożoną papierem do pieczenia. Masło połączyć z czosnkiem, który należy przecisnąć przez praskę. Dodać posiekaną natkę pietruszki, zioła prowansalskie i oregano. Doprawić solą i pieprzem. Tak przygotowanym masłem smarujemy bagietki i wstawiamy do piekarnika na 10-15 minut w temperaturze 200 stopni. Smacznego.

Klasa 3Ga: Łukasz, Marta, Katarzyna, Sylwia

Opiekun grupy : Zbigniew Nowocień