

BARSZCZ Z BURAKÓW Z KWAŚNĄ ŚMIETANĄ, GRZANKAMI I SZCZYPIORKIEM

PRZYGOTOWANIE

14

 **GOTUJ** 
W DRODZE



SKŁADNIKI



Dla 1 osoby

Zupa:

1/2 średniej cebuli
1/2 marchewki
350 g surowych buraków
2 pomidory
1,5 łyżki koncentratu pomidorowego
500 ml wody
150 g białej kapusty
100 g fasolki szparagowej
2 duże ziemniaki
1 litr bulionu drobiowego
1/2 łyżki octu
1 ząbek czosnku
3 łyżeczki cukru
Mielony czarny pieprz
Sól
Koperek
Oliwa z oliwek

Kwaśna śmietana:

200 g serka śmietankowego
Sok i skórka z dwóch limonek lub cytryn
1/2 dymki
Sól, czarny pieprz
Oliwa z oliwek

Garść grzanek

1 Przygotowanie zupy:

Posiekać cebulę. Pokroić buraki i marchewkę w paski. Obrać pomidory i pokroić w kostkę, bez skórki i nasion. Pokroić kapustę w paski, posiekać czosnek, pokroić fasolkę i ziemniaki na małe kawałki. Podsmażyc cebulę w garnku na odrobinie oleju. Następnie dodać marchewkę, chwilę podsmażyć i dodać buraki. Podsmażać przez około 4 minuty, dodać pokrojonego pomidora bez skórki i koncentrat pomidorowy oraz odrobinę soli. Dodać 2-3 szklanki wody i gotować na małym ogniu przez 20-25 minut. W innym garnku zagotować bulion drobiowy z kapustą. Gotować przez około 5 minut, a następnie dodać ziemniaki i fasolkę szparagową i gotować jeszcze przez około 10 minut. Następnie dodać warzywa i buraki z drugiego garnka do garnka z bulionem drobiowym. Dobrze wymieszać, dodać ocet, cukier, posiekany koperek, posiekany czosnek i czarny pieprz. W razie potrzeby dosolić. Wyłączyć ogień i odstawić pod przykryciem na około 10 minut.

2 Przygotowanie kwaśnej śmietany:

Drobno posiekać dymkę. Wymieszać ze śmietaną, sokiem i skórką z cytryny lub limonki, solą, czarnym pieprzem i oliwą. Wymieszać i odstawić.

3 Kończymy:

Podawać zupę na gorąco, z łyżką śmietany i garścią grzanek.

Aby zrobić więcej salatek, wystarczy zwiększyć ilość składników proporcjonalnie do liczby osób. proporcjonalnie do liczby osób.