fundacja pomocy psychologicznej

Przepis był dla Ciebie pomocny?

Podziękuj i przekaż darowiznę na naszą fundację!
Pomóż nam wspierać osoby w kryzysie psychicznym.

FundacjaPsychologiczna.pl

Vichyssoise bez cukru - przepis

Zupa nie musi trafiać na stół prosto z garnka. Tę wersję planuj z wyprzedzeniem, bo po gotowaniu wymaga chłodzenia. Przygotuj blender i miejsce w lodówce; nie traktuj czasu pracy przy kuchence jako pełnego czasu oczekiwania.

Porcje: 4-6 porcji

Składniki

- 50 g niesolonego masła
- 350 g umytych, cienko pokrojonych porów
- 250 g mączystych ziemniaków, obranych, pokrojonych w ćwiartki i cienkie plasterki
- 600 ml wywaru warzywnego bez dodatku cukru
- 1 liść laurowy
- 100 g crème fraîche
- 100 g pełnotłustego mleka; ilość według potrzeb
- sok z 1 cytryny
- ½ pęczka drobno posiekanego szczypiorku
- sól
- pieprz
- oliwa extra virgin do skropienia

Przygotowanie krok po kroku

1. Na średnim ogniu powoli zmiękcz pory w maśle ze szczyptą soli. Dodaj ziemniaki, mieszaj kilka minut. Nie rumień warzyw.
2. Wlej wywar, dodaj liść laurowy. Gotuj przy bardzo łagodnym wrzeniu 25 minut.
3. Wyjmij liść laurowy. Zmiksuj zupę, wmieszaj crème fraîche i tyle mleka, by uzyskać konsystencję gęstej śmietanki. Po schłodzeniu jeszcze zgęstnieje.
4. Dopraw sokiem cytrynowym, solą i pieprzem. Przelej do dzbanka, schłodź w lodówce. Podaj z oliwą i szczypiorkiem.

Źródło przepisu: https://www.greatbritishchefs.com/recipes/vichyssoise-recipe