



Zupa kalafiorowo - dyniowa z ryżem

Autor: agatab

Danie: **Zupy,**

Osób: **4**

Czas: **Do 1h**

Poziom trudności: **Łatwe**

Przygotowanie

Krok 1

Ryż ugotuj w osolonej wodzie według przepisu na opakowaniu. Kalafior podziel na różyczki i umyj. Dynię pokrój w kostkę. Marchewkę, pietruszkę i seler pokrój w słupki lub kostkę. Por pokrój w plasterki.

Krok 2

Do garnka wrzuć warzywa, zalej gorącym rosołem i gotuj pod przykryciem na małym ogniu około 30 minut, od czasu do czasu mieszając.

Krok 3

Po tym czasie zblenduj zupę. Dodaj śmietanę połączoną z odrobiną gorącej zupy, pietruszkę i przeciśnięty przez praskę czosnek. Przypraw i razem gotuj jeszcze 2 minuty. Ryż nałóż na talerze i zalej zupą. Smacznego!

Składniki:

1kg świeży kalafior

200 g dyni

1 1/4 l rosołu

1 mała marchewka

1 mała pietruszka

1 kawałek selera

1/3 pora

2 łyżki natki pietruszki

1/3 szklanki śmietany Łaciata 18%

pieprz kolorowy świeżo mielony

1 ząbek czosnku

1/2 łyżeczki słodkiej papryki

1/2 łyżeczki tymianku

2 szczypty chilli

2 woreczki ryżu