



КАРТОФЕЛЬНЫЙ СУП ИЗ ЛУКА-ПОРЕЯ

Ингредиенты

- 3 столовые ложки сливочного масла
- 3-4 лука-порея
- 4-6 картофелин
- 3 зубчика чеснока
- 6-7 стаканов бульона (овощного или куриного)
- 2-3 веточки тимьяна
- 1 стакан сливок
- соль и перец

порций: 6

ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 1 ЧАС

Используйте камеру смартфона, чтобы посмотреть ссылку, и откройте ссылку в новой вкладке



Способ приготовления

1. Картофель вымыть, почистить и нарезать кубиками. Срежьте у лука-порея листовые верхушки и нарежьте небольшими кусочками. Тщательно вымойте нарезанный лук-порей.
2. Включите плиту. В кастрюлю с луком-пореем и чесноком выложить сливочное масло. Накройте кастрюлю крышкой и дайте вариться около 10 минут.
3. Добавьте картофель, бульон, тимьян, соль и перец. Включите огонь на сильный, пока суп не закипит. Накройте кастрюлю и убавьте огонь до минимума. Варить на медленном огне 15 минут или пока картофель не станет мягким.
4. Когда картофель станет мягким, вытащите веточки тимьяна. Затем используйте картофельную давилку, чтобы измельчить картофель. Держите суп на среднем огне и добавьте сливки.

Если возможно: используйте блендер для смешивания супа или смешивайте порциями.



Нужна помощь?
Смотрите видео!



Этот материал был профинансирован Министерством сельского хозяйства США Supplemental Nutrition.

Программа помощи - SNAP.

Это учреждение предоставляет равные возможности.