

N jak Nasz pomysł na zupkę kalafiorową dla małego smakosza

Składniki

- Różyczki kalafiora: 40 g
- Pietruszka, korzeń: 50 g
- Jabłuszka z morelami Gerber: 3 łyżki
- Kasza jaglana: 2 łyżeczki
- Olej słonecznikowy: 1 łyżeczka
- Listki świeżego tymianku: 6 - 8 listków
- Oliwa z oliwek extra vergine: 1 łyżka
- Papryka czerwona świeża bez pestek i szypułki: 60 g

Przybory kuchenne

- nóż, deska do krojenia, rondel, mikser, piekarnik, sitko

Sposób przygotowania

- Kalafiora i umytą oraz obraną pietruszkę kroimy na mniejsze kawałki i gotujemy przez około 20 minut.
- W połowie gotowania dodajemy kaszę jaglaną.
- Gdy kasza i warzywa są miękkie, całość miksujemy, a pod koniec miksowania dodajemy listki tymianku oraz Jabłuszka z morelami Gerber i wlewamy niewielką ilość oleju słonecznikowego.
- Czerwoną paprykę pieczemy w piekarniku nagrzanym do temperatury 120°C przez 5 minut (możemy też sparzyć we wrzątku).
- Z upieczonej papryki zdejmujemy skórkę, a miąższ przecieramy przez sitko i następnie mieszamy z oliwą z oliwek.
- Ciepłą zupę kalafiorowo-pietruszkową suto skrapiamy zmiksowaną papryką.

