



КРЕМ-СУП ИЗ СПАРЖИ

С первого дня, как на моей кухне появилась спаржа, я хотела приготовить из нее суп. Но все что-то не получалось и откладывалось! Потом я поняла, что все это не даром, я ждала этого дня, чтобы придумать вот такое сочетание!



Понадобится:

спаржа - 300 граммов
молодой лук - 1 штука
чеснок - 2 зубчика
сливки 30% - 200 миллилитров
сливки кокосовые - 40 граммов
розмарин свежий - 2 веточки
сыр бри - 20 граммов

для крутонов:

хлеб - 2 ломтика
чеснок - 2 зубчика
масло растительное - 1 столовая ложка

Приготовление:

Спаржу помой обсуши, сними овощечисткой кожицу, обрежь края на 1 сантиметр и порежь брусочками по 3-4 сантиметра. (Несколько штук оставь целыми.)



Лук и чеснок мелко нарежь и обжарь в сотейнике iCook на сливочном масле. К луку и чесноку добавь спаржу и помешивая обжарь ее.



Влей сливки и добавь кокосовые сливки. Положи веточки розмарина и готовь на медленном огне под крышкой пока спаржа не станет мягкой.



Когда спаржа приготовится, извлеки розмарин, переложи все в блендер iCook и измельчи до однородного состояния. Влей сок половинки лимона и поперчи.



На сковороде iCook на растительном масле, добавив чеснок обжарь порезанный кубиками хлеб. На этой же сковороде добавив еще пару капель масла обжарь оставшуюся целой спаржу и подогрей порезанный слайсами сыр бри.



Готовый суп разлей по порционным тарелочкам, добавь обжаренную спаржу, крутоны, сыр бри и немного микрогрин горошка.

Подавай горячим или освежающе холодным остудив в холодильнике (тогда без сыра).

www.sifood.com.ua - Крем-суп из спаржи