



Orientalny krem z marchewki i batata

🍴 4 porcje ⌚ 36 min

Składniki

- 1 pokrojony w kostkę słodki ziemniak – batat
- 4 szt. obranych i pokrojonych grubo marchewek
- mały kawałek czerwonej papryczki chilli
- 1 mała cebula (pokrojona w kostkę, możesz również rozdrobnić ją w robocie)
- 2 ząbki czosnku
- 2 cm świeżego, obranego imbiru
- 2 łyżki oleju
- 1-2 łyżeczki azjatyckiej pasty curry (żółtej) lub 2 łyżki przyprawy curry
- 1 puszka mleka kokosowego (400ml)
- 1 l bulionu orientalnego lub warzywnego
- świeża kolendra
- olej sezamowy
- sól, pieprz

Przygotowanie

1 W naczyniu miksującym umieść pokrojone marchewki, batat, cebulę, czosnek, imbir i chilli. Wlej olej i dodaj pastę curry.

⌚ 6 min

2 Wlej bulion i całość gotuj

⌚ 30 min 🌡️ 100 + 2

3 Dopraw solą i świeżym pieprzem. Zupę zmiksuj pulsacyjnie na gładki krem .

⌚ 1 min + turbo

4 Podawaj krem ze świeżą kolendrą i olejem sezamowym, jeśli lubisz...