



Zupa krem z marchewki z pomarańczą i imbirem

 4 porcje

 34 min

Składniki

- 1 cebula biała
- 2 ząbki czosnku
- łyżka masła
- 500g marchwi
- 200ml świeżo wyciśniętego soku z pomarańczy
- Skórka z jednej pomarańczy
- 400ml bulionu warzywnego
- starty kawałek imbiru (wielkości kciuka)
- 200 ml śmietanki 30%-procentowej lub mleka kokosowego

Przygotowanie

1

W naczyniu głównym umieść cebulę, czosnek i masło.



4 min



100

2

Dodaj marchewkę i podsmaż jeszcze całość



4 min



100

3

Wlej do naczynia miksującego – bulion warzywny i sok z pomarańczy. Dodaj starty imbir, skórkę z pomarańczy i gotuj aż marchewka będzie miękka



30



100

4

2 minuty przed zakończeniem gotowania wlej do naczynia miksującego śmietankę lub mleko kokosowe. Dopraw solą i świeżo mielonym pieprzem i cynamonem jeśli lubisz

5

Zmiksuj zupę na gładki krem



1 min



turbo