

SUPA CREMA DE LEGUME COAPTE



PREPARARE

30 minute



GATIRE

1 ora

TIMPUL TOTAL

1 ora 30 minute



CATEGORIE

Supa

BUCATARIE

Romaneasca



SERVIRE

8 portii

CALORII

249 kcal

INGREDIENTE:

3 cartofi dulci

1 dovlecel

1 radacina pastarnac

1/2 telina

3 cepe rosii

3 cepe albe

3 morcovi

1 praz

3 cartofi albi

2 ardei kapia

2 ardei grasi

6 rosii cherry sau 2 rosii mari

7 catei de usturoi

3 linguri de ulei

sare, piper, cimbru

patrunjel

Crutoane:

200 g paine taiata cubulete

3 linguri ulei

4 catei de usturoi

patrunjel

piper si sare

smantana pentru servit

MOD DE PREPARARE:

Curatam toate legumele si le spalam bine. Cateii de usturoi raman in coaja. Trebuie sa tocam toate legumele in cuburi potrivite. Tapetam o tava cu hartie de copt si asezam legumele. Punem cateii de usturoi si cateva fire de patrunjel. Punem putina sare, piper si cimbru. Adaugam cele 3 linguri de ulei si amestecam legumele. Preincalzim cuptorul la 200 grade C. Coacem timp de 60 -90 minute. Incercam legumele cu o scobitoare sau cu varful cutitului.

Intre timp pregatim crutoanele.

Taiem painea in cuburi potrivite.

Intr-un chopper punem uleiul, cateva fire de patrunjel si cateii de usturoi curatati.

Adaugam sare si piper dupa gustam.

Pulsam de cateva ori pana obtinem o pasta.

Turnam pasta obtinuta peste bucatelele de paine. Le amestecam usor. Puteti sa le pregatiti atat in cuptor cat si intr-o tigaie.

Eu le-am facut in tigaie. Am adaugat crutoane in tigaie si le-am rumenit frumos pe ambele parti.

Ne intoarcem la legume.

Dupa ce s-au copt la cuptor, trebuie sa le scoatem si sa curatam usturoiul de coaja. Punem legumele intr-o oala impreuna cu usturoiul curatat. Adaugam 3 - 4 litri de apa fierbinte. Apa trebuie sa acopere legumele. Lasam sa fiarba timp de 10 minute. Luam oala de pe foc si cu un blender pasam legumele pana obtinem o compozitie fina. Adaugam treptat apa fierbinte pana obtinem consistenta dorita. Adaugam sare si piper dupa gust.