

Нежный грибной суп

Обожаю насыщенные земляные нотки во вкусе этого супа-пюре!

Непревзойденная классика.

6 порций

Время приготовления: 45 минут

600 г смеси разных грибов

1 луковица

2 стебля сельдерея

3 зубчика чеснока

несколько веточек петрушки

несколько веточек тимьяна

оливковое масло

1,5 л куриного или овощного бульона

75 мл нежирных сливок

6 ломтиков чабатты

оливковое масло extra virgin

1. Очистите и тонко нарежьте грибы.
2. Очистите и тонко нарежьте лук, сельдерей и чеснок, оборвите и отложите листья петрушки, мелко порубите стебли. Оборвите листья тимьяна.
3. Нагрейте на среднем огне большую кастрюлю с толстым дном, влив ложку оливкового масла. Всыпьте лук, сельдерей, чеснок, стебли петрушки, листья тимьяна и грибы, накройте и готовьте на небольшом огне до мягкости.
4. Отложите 4 ст.л. грибов.
5. Налейте в кастрюлю бульон, доведите до кипения на среднем огне, убавьте огонь и варите 15 минут.
6. Приправьте по вкусу морской солью и черным перцем, затем тщательно взбейте блендером.
7. Влейте сливки, доведите до кипения и снимите с огня.
8. Обжарьте ломтики чабатты на сковороде-гриль, выложите на них почти все отложенные грибы и слегка сбрызните маслом extra virgin.
9. Разлейте суп по тарелкам, посыпьте порубленными листьями петрушки и оставшимися грибами. Подавайте с чабаттой и грибным гарниром.

Питательная ценность: 148 ккал, 7,5 г жиров (2,3 г насыщенных), 7,9 г белков, 12,4 г углеводов, 3,6 г сахара, 1,1 г соли, 3,2 г клетчатки