

POLSKA ZUPA Z DYNI

Ingredients

1.5-2 łyżek oliwy z oliwek
1 średnia dynia
1 pora
4 kubki rosolu
1.5-2 marchewki
1 mały ziemniak
½ łyżeczki tymianku
2-3 ząbki czosnku
1.5 łyżeczki zieleni angielskiej (mielonej)
1 łyżeczka gałka muszkatołowa (mielona)
½ kubka śmietany
sól i pieprz do smaku
½ łyżeczki cynamonu i syrop lub cukier (ewentualnie)

1. Umyć i pokroić porę, zalać zimną wodą. Pokroić należy całą porę, odcinając jedynie konce. Wyplukać jeszcze raz i upewnić się, że jest zupełnie czysta. Pokrojona pora włożyć do rondla i podsmażyć na oliwce z oliwek aż zrobi się miękka.

2. W międzyczasie przygotowujemy dynię. Wkładamy ją w całości do piekarnika na 10 minut i pieczemy w temperaturze 300F, żeby zmiękła i można ją było łatwo obracać ze skóry i pokroić w kostkę. Koniecznie oddzielić wszystkie pestki!
(Można je upiec na blasze, nadając się aby je jeszcze oddzielić lub z zupą.)

3. Umyć, obrać i pokroić czosnek, marchewkę, ziemniaka i dodać je razem z wszystkimi przyprawami oraz rosółem do rondla z usmazoną porą. Nie należy dodawać jeszcze śmietany. Gotować zupę około 40 minut aż zmięknie wszystkie składniki. Wtedy zmielić je ręcznym mixerm i dodać śmietanę. Wyregulować smak dodając soli i pieprzu i ewentualnie dosłodzić lub dodać cynamonu, w zależności od upodobania.

Serwujemy zupę podając z łyżeczką kwaśnej śmietanki i upieczonymi pestkami dyni!

