

Наталья Стриж

Крем-супы



Наталья Стриж

Крем-супы

«Издательские решения»

Стриж Н.

Крем-супы / Н. Стриж — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-603912-4

Рецепты довольно просты, и позволят вам каждый день радовать свою семью и друзей вкусными, а порой и весьма необычными крем-супами.

ISBN 978-5-00-603912-4

© Стриж Н.
© Издательские решения

Содержание

Введение	6
Для приготовления нам понадобятся следующие предметы	7
Кокосовое карри с фасолью	12
Грибной крем-суп с грецкими орехами	13
Чечевичный крем-суп	15
Томатный крем-суп по-итальянски	16
Конец ознакомительного фрагмента.	17

Крем-супы

Наталья Стриж

© Наталья Стриж, 2023

ISBN 978-5-0060-3912-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Приветствую тебя, мой читатель!

Мне очень нравится готовить и экспериментировать на кухне, я хотела и хочу создать свою копилку по-настоящему вкусных и любимых рецептов.

Поверьте, требуется время, чтобы набить руку на непроверенных рецептах, вы потратите силы, испортите хорошие продукты... и да, можете разочароваться в себе, как в кулинаре.

Сейчас, когда я легко ориентируюсь на кухне, пришло понимание тонкостей, которыми я готова поделиться с вами.

Я не профессионал, не шеф-повар, но мне всегда хотелось вкусно и сытно накормить тех, кто мне дорог.

Важно, что я делюсь не только рецептами, но и своими проверенными фишками, секретами в приготовлении блюд.

Сами блюда готовятся из обычных продуктов, которые можно купить в любом магазине.

Очень важный момент: в первый раз не отступайте от рецепта, только тогда у вас все получится.

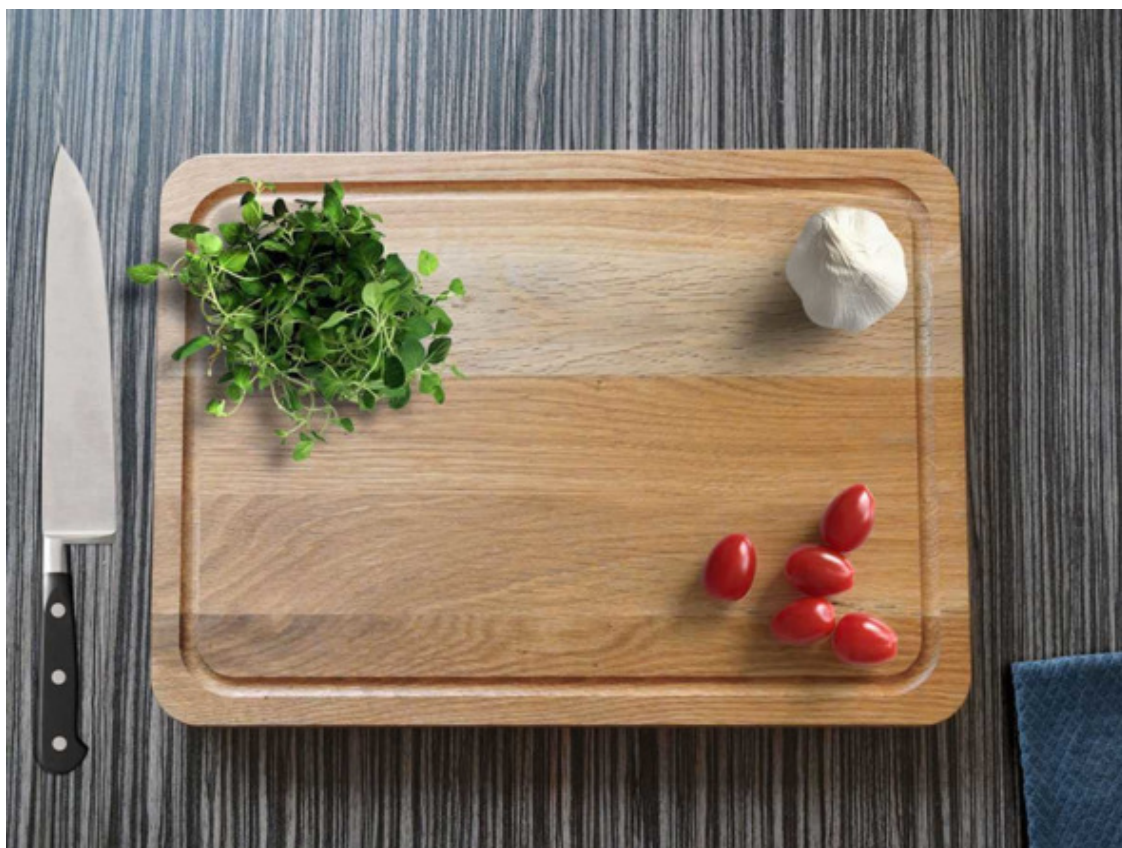
**Для приготовления нам
понадобятся следующие предметы**



Набор кастрюль и сковородок



Набор ножей



Разделочная доска



Чеснокодавилка



Погружной блендер

Кокосовое карри с фасолью



Нам понадобится:

2 ст. л. растительного масла
1 средняя луковица
2 зубчика чеснока
2 ст. л. тертого имбиря
1 ст. л. карри
¼ чайной ложки молотого красного перца
400 г банка измельчённых томатов
400 г банка кокосового молока
400 г банка красной фасоли
½ чашки свежей кинзы
соль, перец
сок лайма по вкусу
#

Приготовление:

Нагреть масло на средне-высоком огне.
Добавить порезанные лук, чеснок, имбирь, порошок карри и перец.
Готовить, пока лук не станет мягким, примерно 3—5 минут. #
Добавить томаты, кокосовое молоко и промытую фасоль.
Довести до кипения.
Добавить кинзу, соль, перец и сок лайма.
Попробовать, приправить по вкусу и подавать.

Приятного аппетита!

Грибной крем-суп с грецкими орехами



Нам понадобится:

500 г грибов
2 головки репчатого лука
1 ст. л. кукурузной муки
2—3 зубчика чеснока
1 пучок зелени
1 горький перец
50 г грецких орехов
соль по вкусу

#

Приготовление:

#

Грибы хорошо промойте и отварите. Грибной отвар процедите через сито.

Мелко нашинкуйте лук и потушите его в кастрюле.

Грибы порежьте соломкой и добавьте в лук.

Параллельно залейте на несколько минут кукурузную муку грибным отваром. Остальную его часть вылейте в лук с грибами.

#Когда суп закипит, положите в него кукурузную муку и оставьте на огне еще на 10 минут.

#Мелко порубите зелень, чеснок, четвертинку горького перца и добавьте их в суп. Посолите и через пару минут снимайте с огня.

Для создания настоящего грузинского настроения положите в суп измельченные грецкие орехи.

#Суп получается сытным, наваристым и питательным.

Подавайте его с хрустящим хлебом и овощной нарезкой.

Приятного аппетита!

Чечевичный крем-суп



Нам понадобится:

**3 стакана чечевицы
6—7 картофелин
1 луковица
1 морковь
вода примерно 3 литра
3 томата крупных
соль, красный, чёрный перец по вкусу
батон (для сухариков)
лимон**

Приготовление:

**Батон нарезаем кубиками посыпаем специями и запекаем в духовке минут 20.
Лук, морковь и помидоры режем как угодно.
Делаем зажарку.
Добавляем кипяченую воду и порезанный картофель.
Чечевицу очень хорошо промыть и добавить в кастрюлю.
Варим до готовности и измельчаем в блендере.
Солим, перчим.
Уже порционно каждому выжимаем лимон и добавляем сухарики.**

Приятного аппетита!

Томатный крем-суп по-итальянски



Нам понадобится:

#

500 г томатов

200 мл воды или мясного бульона

1 лук репчатый

1 ст. л. растительного масла

1 ст. л. сливочного масла

1 ч.л. чеснока сушеного

1 ч.л. базилика сушеного

мускатный орех по вкусу

соль, черный перец, сахар по вкусу

базилик свежий

50 г сыра твёрдого для подачи

Приготовление:

Помидоры разрезаем на четвертинки. Выкладываем на застеленный фольгой противень и посыпаем сушёным чесноком и базиликом. Отправляем в разогретую до 190 градусов духовку на 20 минут.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.