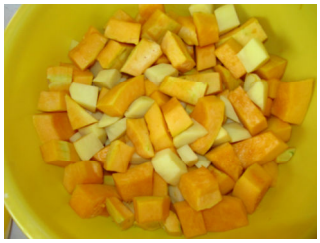
КРЕМ СУПА ОТ ТИКВА





Продукти:

- 1кг тиква
- 2 картофа
- 1 морков

Подправки:

- 2-3 дафинови листа
- ½ пръчка канела
- 1 скилидка чесън пресован
- ½ ч.л. индийски орех настърган

Смлени подправки /слагат се заедно/

- ½ ч.л. куркума
- ¼ ч.л. черен пипер
- ½ ч.л. кимион
- 1 ч.л. кориандър

Необходими съдове: 5 л тенджера

Начин на приготвяне:

1. Нарязваме обелената тиква на кубчета по 2см, картофите на кубчета по 1см и морковите на тънки кръгчета.

2. В тенджерата загряваме на среден огън гхи, което да покрива дъното 2мм; в загрятата мазнина запържваме морковите, дафиновия лист и канелата за 2-3 минути. Добавяме подправките на прах /без индийския орех/, нарязаната тиква и картофите, разбъркваме да се овалят добре зеленчуците с подправките и доливаме вряла вода, която да покрие зеленчуците 2-3 пръста. Увеличаваме огъня за да заври. След като заври намаляваме до слаб огън, захлупваме и оставяме да ври тихо 12 минути. Проверяваме дали зеленчуците са сварени /омекнали/, но не разкашкани. Посоляваме и добавяме индийския орех и чесъна (по желание).

3. Оставяме да изстине 10 минути, изваждаме пръчката канела и пасираме.