

Постный суп из шампиньонов

Ингредиенты

- Шампиньоны - 300 г
- Лук - 3 шт
- Подсолнечное масло - 50 мл
- Мука - 3 ст.л
- Морковь - 50 г
- Картофель - 150 г
- Перец - 5 горошин
- Чеснок - 1 зубчик
- Орегано - 1/2 ч.л
- Соль -
- Черный перец -
- Паприка -



Рейтинг блюда: 4/5

Процесс приготовления

1

Морковку нужно нарезать кружочками, лук очистить. В кастрюлю налейте холодную водичку, положите подготовленные овощи, несколько лавровых листиков и перец горошком. Бульон нужно варить около получаса.

2

Картошку нарезаем на кубики и отправляем в бульон на 20 минут. Из шампиньонов делаем дольки, а лук мелко нарезаем. На разогретую сковородку выливаем растительное масло, выкладываем грибочки и лук. Приправляем орегано, паприкой и перцем. Грибочки с луком обжариваем в течение пяти минут.

3

Возьмите отдельную сухую сковородку и обжарьте на ней муку до золотистого оттенка. Добавьте в бульон лук, шампиньоны и муку. Ожидайте 15 минут и снимите кастрюлю с плиты. Добавьте соль по вкусу и выдавленный чеснок. С помощью блендера делаем суп-пюре. Для украшения можно использовать свежую зелень.

Приятного вам аппетита :)