

Суп с судаком

Ингредиенты

- Помидоры черри - 300 г
- Лук-порей - 100 г + для украшения
- Чеснок - 5 зубчиков
- Судак - 300 г филе
- Растительное масло - 5-6 ст.л.
- Томатная паста - 1,5 ст.л
- Бульон - 1,3 л рыбного или воды
- Сахар - щепотка
- Маслины - 100 г
- Щавель - горсть
- Лавровый лист -
- Сметана - по желанию
- Соль -



Рейтинг блюда: 5/5

Процесс приготовления

1

Помидоры черри разрежьте на 2 части или оставьте целиком. Лук-порей нарежьте соломкой или тонкими колечками. Мелко порубите чеснок. Филе судака порежьте поперек кусочками шириной в 2 см.

2

Мультиварку поставьте в режим «Жарка», хорошо разогрейте, влейте растительное масло. Помешивая, обжаривайте в чаше мультиварки томатную пасту 1-2 минуты. Затем добавьте лук-порей, жарьте еще минуту, помешивая.

3

Добавьте помидоры, влейте горячий бульон и переставьте на режим «Варка». Доведите суп до кипения.

4

Добавьте кусочки рыбы, соль, сахар, маслины, щавель (если листья крупные, порвите их руками), лавровый лист. Суп варите, периодически помешивая, 5–10 минут.

5

Выключите мультиварку, дайте супу постоять 20–30 минут и подавайте с рубленным зеленым луком или луком-пореем, а также сметаной (по желанию).

Приятного вам аппетита :) 