

Zupa z czerwoną kapustą



Składniki

1 porcja rosołowa
1 kość wędzona
pół główki średniej
czerwonej kapusty
ćwiartka małej białej
kapusty
2 marchewki
2 pietruszki korzeń
3 duże ziemniaki
2 średnie pomidory
1/2 średniego selera
1 por (tylko biała część)
50g kaszy jęczmiennej
4 ząbki czosnku
4 łyżki oliwy z oliwek
sok z połowy cytryny
pęczek zielonej pietruszki
kielbaski cienkie
1 płaska łyżka mąki
pszennej
3-4 liście laurowe
sól, pieprz, papryka
czerwona
sypka, magii, imbir do
smaku

Opis wykonania

Kiełbaską i kaszą jęczmienną. Polecam.

Do garnka wlewamy wodę wrzucamy porcję rosołową i kość wędzoną, lekko solimy i gotujemy wywar ok 1.5h. W międzyczasie warzywa obieramy płuczemy pod bieżącą wodą. W szerokiej patelni rozgrzewamy oliwę i dodajemy masło, wrzucamy pokrojoną w kostkę cebulę, lekko zrumieniamy. Do cebuli dodajemy poszatkowaną czerwoną i białą kapustę, dodajemy ziele angielskiego i liście laurowe, lekko solimy. Podsmażamy kilka chwil 6-7 minut na średnim ogniu często mieszając. Podlewamy kapustę jedną chochlą wywaru i dusimy do miękkości. Pomidor polewamy wrzącą wodą obieramy ze skórki, kroimy w kostkę i dodajemy do kapusty, posypujemy mąką, mieszamy. Odstawiamy patelnię z ognia. Wywar odcedzamy. Do wywaru rzucamy pokrojoną w kostkę, marchewkę, pietruszkę i seler. Gotujemy warzywa na wpół miękko, dodajemy kaszę, ziemniaki w kostkę i pokrojoną w cienkie plasterki por dalej gotujemy ok. 10 min. Do zupy wrzucamy kapustę energicznie mieszając drewnianą łyżką. Doprawiamy przyprawami, dodajemy sok z cytryny oraz czosnek przeciśnięty przez praskę. Na koniec wrzucamy kiełbaski, gotujemy jeszcze ok. 5-6 minut. Porcjujemy na talerzach posypujemy posiatkowaną zieloną pietruszką. Podajemy z pieczywem. SMACZNEGO.