

Krem Warzywny Cappuccino



Składniki

1,5 l - bulion warzywny
1 szt. - kalafior
0,5 szt. - batat
2 szt. - młode ziemniaki
2 szt. - marchewki
1 szt. - mleko kokosowe
100 g - czerwona
soczewica
2 łyżeczka - garam masala
1 łyżeczka - czosnek
0,5 łyżeczka - imbir
0,5 łyżeczka - cynamon
2 szt. - utarte goździki
3 szt. - ziele angielskie
utarte
1,5 łyżeczka - sól

Opis wykonania

Lekki, aksamitny, niezwykle aromatyczny. Zdrowie i elegancja w jednym. Potwierdzenie tego, że wegetariańska kuchnia ma w sobie magię.

Warzywa dokładnie umyć, obrać ze skory i pokroić w średniej wielkości kawałki. Zagotować bulion warzywny, włożyć do niego warzywa i soczewicę, i na niewielkim ogniu gotować je do miękkości. Następnie dodać przyprawy i mleko kokosowe. Wymieszać, posolić do smaku i gotować jeszcze kilka minut do połączenia smaków. Następnie bardzo dokładnie zmiksować.

Podawać w filiżankach z dodatkiem prażonych pestek dyni lub świeżych kiełków.