

Суп с колбасками и нутом

Не стоит делать из еды культа. С культами вообще стоит быть осторожнее. И тогда во время поста вы сможете спокойно вспоминать суп с колбасками и нутом.



Хотя грань между культом и верой действительно тонкая, но думаю это тема отдельного обсуждения...

#пища #суп #колбаски #нут #морковь #томат #сельдерей

Суп с колбасками и нутом.

Ингредиенты:

Вода – 1,5 литра
Колбаски – 500 граммов
Отваренный нут – 300 граммов
Лук – 1 штука
Морковь – 1 штука
Сельдерей – 2 стебля

Томаты в собственном соку – 400 граммов
Растительное масло – 2 столовые ложки
Лавровый лист – 3 штуки
Прованские травы – 1 чайная ложка
Чёрный перец горошком – 10 штук
Чеснок – 4 зубчика
Соль и перец – по вкусу



Суп с колбасками и нутом.

Приготовление:

Колбаски нарезать кружочками, положить в кастрюлю, залить водой, добавить лавровый лист, перец горошком и поставить на огонь. Довести до кипения, после чего варить на небольшом огне 20 минут.

Лук, морковь и сельдерей нарезать маленькими кубиками и обжарить их, помешивая, на разогретом растительном масле в течение пяти минут. Добавить измельчённый чеснок и прованские травы, жарить, помешивая, ещё одну минуту.

Добавить в кастрюлю обжаренные овощи и размятые томаты вместе с соком, посолить.

Варить суп минут 15, до готовности овощей.

За пять минут до готовности добавить нут.

Снять кастрюлю с огня, добавить зелень и дать супу постоять 5-7 минут.

Рецепт найден [здесь](#).



[Африканский кокосовый суп](#). Нутовый суп мы готовим исключительно из-за мороженого. Объясняю. Африканский кокосовый суп и сам по себе отличное блюдо для поста, а к тому же из бульона, который остаётся после варки нута моя принцесса делает изумительное мороженое. Впрочем этот рецепт будет в пятницу. А сейчас о супе...

[Суп с булгуром и чечевицей](#). Люблю супчики. И пост этому не помеха. Вот например очень питательный рецептик с булгуром и чечевицей. Выглядит очень аппетитно я вам скажу.

[Картофельный суп-пюре в хлебе](#). Фотография просто нереальная, а рецепт оказывается очень прост. Владислав Носик (автор этой

красотени) единственное предупреждает о том, что если собираетесь на свидание – исключите из рецепта запечённый чеснок.

Я в [Моём мире](#), [Одноклассниках](#), [Фейсбуке](#), [Вконтакте](#), [Твиттере](#), [Гуглоплюсе](#), [Инстаграме](#).