



Zupa z czerwonej soczewicy

(przepis Katarzyny Rozmysłowicz z książki „Kuchnia wegetariańska”)

Składniki:

- 1, 5 szklanki czerwonej soczewicy
- 5 szklanek bulionu warzywnego
- 4 pomidory
- 1 ząbek czosnku
- 1 cebula
- 3 łyżki masła
- sól, pieprz
- sok z ¼ cytryny
- ½ szklanki śmietanki
- kilka listków świeżej bazylii lub kolendry do dekoracji

Opłukaną soczewicę ugotuj w bulionie na małym ogniu przez ok. 20 min. Gdy będzie miękka, zdejmij z ognia i zmiksuj na jednolitą masę. Pomidory, po obraniu i usunięciu pestek, pokrój w drobną kostkę. Czosnek posiekaj, cebulę drobno pokrój. Składniki duś 5 min. na maśle na patelni. Garnek z zupą postaw znów na ogniu, dodaj pomidory duszone z czosnkiem i cebulą i gotuj 5 min. Dopraw sokiem z cytryny, solą i pieprzem. Kiedy zupa nieco przestygnie, wlej śmietanę i dokładnie wymieszaj. Zupę posyp listkami świeżej bazylii lub kolendry.