



Zupa z ciecierzycy

przepisy.pl



 5 minut  5 osób  Łatwe

Składniki:

- suszona ciecierzycyca - 200 gramów
- cytryna - 1 sztuka
- oliwa z oliwek - 2 łyżki
- cebula - 1 sztuka
- marchewka - 1 sztuka
- Oregano z Turcji Knorr** - 1 łyżeczka
- Bulion na włoszczyźnie Knorr** - 2 sztuki
- świeża pietruszka - 1 garść
- ząbek czosnku - 2 sztuki
- kawałek selera naciowego - 1 sztuka
- Kmin rzymski z Indii mielony Knorr** - 0.5 łyżeczek
- Liść laurowy z Turcji Knorr** - 2 sztuki

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Ciecierzycę namocz przez noc w zimnej wodzie, na drugi dzień wypłucz, zalej litrem wody, dodaj kostki rosołowe. Gotuj około 30 minut, aż groch zrobi się miękki.
2. Otrzyj cytrynę ze skórki i wyciśnij z niej sok. Drobno pokrój cebulę, czosnek, seler i marchewkę. Warzywa podsmaż na rozgrzanej oliwie, aż zrobią się delikatnie rumiane. Dodaj do gotującej się zupy.
3. Gdy ciecierzycyca zrobi się miękka, odłóż część grochu i warzyw na bok. Resztę zmiksuj. Do powstałego kremu dodaj wyjęte wcześniej warzywa, skórkę i sok z cytryny. Zupę dopraw kminem i ziołami do smaku. Oprószyć posiekaną natką pietruszki z wierzchu. Podawaj z pitą.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl