
Zupa z warzyw strączkowych

Dodano: 2010-01-01 17:43:12

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 1406 razy.

Kuchnia włoska

200 g ciecierzycy

200 g suszonej fasoli

80 g ziaren pszenicy

1 gałązka rozmarynu

6 łyżek oliwy z oliwek

sól

świeżo zmielony czarny pieprz

Namoczone ziarna ciecierzycy i pszenicy odcedzić , włożyć do rondla, zalać sporą ilością wody ze szczyptą soli i gotować . Fasolę również odcedzić , włożyć do drugiego rondla, zalać 1 l wody, dodać szczyptę soli i gotować około 2 godzin. Fasolę ponownie odcedzić , włożyć do rondla z gotującą się ciecierzycą i pszenicą, dosolić , dodać gałązkę rozmarynu i dalej gotować bez przykrycia jeszcze 5 minut. Następnie zupę przyprawić czarnym pieprzem i oliwą z oliwek i podawać w głębokich talerzach.

Nadesłał(a): Cartall - Książka Kucharska na CD