
Kalabryjska minestrone

Dodano: 2005-03-16 13:47:48

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 3170 razy.

6 skrzydełek z kurczaka, 3 pomidory, 1/4 główki włoskiej kapusty, 1 duża i 1 średnia pietruszka, 1 duża cebula, 4 łyżki (ok. ć wierć paczki) mrożonej marchewki z groszkiem, 1 łyżeczka oregano, 2 ząbki czosnku, vegeta (lub podobna: Kucharek, Warzywko), listek laurowy, sól, pieprz.

Skrzydełka podzielić na połówki zalać w rondelku zimną wodą, dodać 1,5 łyżeczki vegety i listek laurowy. Wolno doprowadzić do wrzenia, gotować aż mięso zacznie odchodzić od kości. Wyjąć skrzydełka, obrać mięso, posiekać, wrzucić spowrotem do wywaru, ostudzić. Uwaga! W razie absolutnej konieczności można użyć zamiast wywaru ze skrzydełek 1 l bulionu z kostki.

Kapustę drobno poszatkować, mniejszą pietruszkę pokroić w cienkie plasterki, większą pozostawić w całości, pomidory (jeśli są świeże) sparzyć i obrać ze skórki, pokroić w kostkę, cebulę drobno posiekać. Wszystko włożyć do wystudzonego wywaru (bulionu), dodać oregano, szczyptę pieprzu i zmiążdżony czosnek. Powoli ogrzać do wrzenia. Gotować powoli. Po 10 min wrzucić mrożonkę. Gotować dalej do miękkości nierozdrobnionej pietruszki, wyjąć ją. Zupa powinna mieć lekki pomidorowy kolor. Zimowe pomidory nie zawsze dają ten efekt. W razie potrzeby dodać 0,5 - 1 łyżeczki koncentratu. Przyprawić solą i pieprzem (zupa powinna być lekko pikantna). Podawać z drobnym makaronem (gwiazdki, kółka)

Nadesłał: Jerzy <uretan@wp.pl>