

KARFIOLKRÉMLEVES FRISS MEDVEHAGYMAZÖLDDEL ÉS PIRÍTOTT MANDULÁVAL

Hozzávalók 1 főre:

10-12 dkg karfiol száras levélzet megtisztítva, darabolva

fél gerezd fokhagyma mosva, tisztítva

1 mokkáskanál olívaolaj

só, kurkuma, szerecsendió

kiegészítők: 1 medvehagymalevél, 10 g pirított mandulaforgács

Elkészítés:

A kiegészítők nélkül minden összetevőt beleteszünk egy fazékba, és annyi vizet, hogy ellepje. Forraljuk és főzzük kb. 15 percig. A mandulát óvatosan száraz serpenyőben enyhén megpirítjuk. Ha nyers a mandulánk, előző este beáztathatjuk, reggel szárítjuk. Blansírozott mandulánál ezt már nem kell. A hagymát pedig apró darabokra tépkedjük, vagy éles késsel felcsíkozzuk. A végén botmixerrel vagy turmixgéppel krémesítjük az elkészült levest. Tányérba merjük és megszórjuk a hagymával, mandulával.

JÓ ÉTVÁGYAT KÍVÁNUNK!