



Zupa z bobu i z ciepłym jogurtem

Przepis z książki Yotam Ottolenghi "Plenty"

Składniki:

6 łyżek oliwy z oliwek,
1 średnia cebula, pokrojona w ćwiartki,
4 kawałki łodyg selera, pokrojone w ćwiartki,
1 duża marchew, pokrojona w 2 cm kawałki,
5 łyżek tymianku,
2 liście laurowe,
30 g natki pietruszki,
500 g obranego bobu (świeżego lub mrożonego),
50 g długoziarnistego ryżu,
400 g jogurtu greckiego Zott Primo,
2 ząbki czosnku, rozdrobnione,
sok z 1 cytryny (opcjonalnie),
sól i biały pieprz,
trybula do dekoracji.

Przepis:

1. Bulion warzywny. 2 łyżki oliwy z oliwek wlej do dużego garnka. Rozgrzej i dodaj cebulę, seler oraz marchew. Podsmaż ok. 5 minut. Następnie dodaj tymianek, natkę pietruszki i zalej wszystko 0,5 l wody. Zagotuj, zmniejsz gaz, zakryj pokrywką garnek i gotuj na małym ogniu ok. 30 minut.
2. Kiedy rosół będzie już gotowy, przecedź go przez sito do średniego rondla i usuń warzywa. Dodaj ryż do rosółu i doprowadź go do wrzenia, wszystko gotuj pod pokrywką ok. 20 minut. Potem dodaj połowę obranego bobu oraz sól i pieprz. Wszystko zblenduj do uzyskania kremowej konsystencji.
3. Wymieszaj razem w dużej misce: jogurt, czosnek i jajko. Dodaj chochlę gorącej zupy i wszystko wymieszaj. Kontynuuj, dodając stopniowo zupę, do momentu aż wykorzystasz jej połowę. Dodaj rozrobiony jogurt do resztki zupy, która została. Podgrzej na średnim ogniu. Upewnij się, że zupa się nie zagotuje! W razie konieczności dopraw solą i pieprzem.
4. Dodaj pozostały bób. Udekoruj koperkiem, trybulą i skórką z cytryny i skrop z pozostałymi 4 łyżkami oliwy z oliwek), a także ew. sokiem z cytryny.