

Supa de linte

Supa de linte

Ingrediente :

300 g linte maro, 2 l supa de pui sau legume, un morcov mare, un patrunjel radacina, 2 cepe, 2 linguri unt, 2 catei usturoi, curcuma dupa gust, patrunjel tocat fin

Preparare :

Se pune la fiert intr-o oala apa. Cind fierbe, se adauga sare si linte. Se lasa sa fiarba 10 minute la foc potrivit. Se strecoara si se repeta procesul inca o data. In acest fel linte devine mai usor digerabila. Se toaca ceapa marunt, patrunjelul radacina si morcovul felii. Se incinge untul in oala in care se va prepara supa, se prajeste ceapa pina cind devine sticloasa, se adauga usturoiul trecut prin presa speciala sau tocat fin si curcuma. Se amesteca rapid de citeva ori si se prajeasca usor usturoiul si se toarna supa si apoi linte. Se adauga patrunjelul radacina si morcovul, se sareaza dupa gust si se acopera. Se da la foc mic si se fierbe cam 30 minute, pina cind linte este moale. Se serveste presarat cu patrunjel tocat fin