



Ингредиенты

Тыква	400-500 г
Картофель	2 шт.
Морковь	1 шт.
Лук репчатый	1 шт.
Чеснок	2 зубчика
Вода или бульон	300 мл
Паприка	1/2 ч.л.
Мускатный орех	1/2 ч.л.
Соль	По вкусу
Черный м. перец	По вкусу
Сливки 10%	100 мл
Раст. масло	1 ст. л.

ТЫКВЕННЫЙ крем-суп

Очень простой рецепт вкусного тыквенного супа-пюре. Рецепт отличается от классических за счёт добавления специй и отсутствия апельсина.

- 1 этап: Картофель, тыкву и морковь почистите, нарежьте кубиками и положите в кастрюлю.
- 2 этап: Лук мелко порежьте, чеснок пропустите через пресс и обжарьте на растительном масле на хорошо разогретой сковороде.
- 3 этап: Прожарку добавьте в кастрюлю с овощами, налейте воду или бульон. Варите на среднем огне 15-25 минут.
- 4 этап: Снимите кастрюлю с плиты и пюрируйте суп с помощью блендера.
- 5 этап: Верните кастрюлю на плиту, добавьте при необходимости ещё соль и/или черный молотый перец, добавьте сливки, перемешайте и прогрейте в течение 1 минуты.

По желанию суп можно украсить тыквенными семечками, зеленью или обжаренным беконом.