

Sütőtök krémleves gyömbérrel



Feltöltötte:
Finta László

Hozzávalók

50 dkg sütőtök

6 dkg sárgarépa

1 tk rólt gyömbér vagy kevés reszelt gyömbér

1 tk rólt fahéj

2 tk méz

minimális édesítőszer, ha szükséges

200 ml füstelt tejszín

2-3 dl víz

1,5 ek olívaolaj

1 csipet só

Elkészítés

A sütőtököt apró kockára vágtam, a répát pedig karikáztam. Az olíva olajon aranybarnára pirítottam, hozzáadtam 1 dl vizet.

Néhány perc alatt összefőztem. Hozzáadtam a mézet, elkavartam, és egy-két percig hagytam összeérni.

Hozzáadtam valamennyi fűszert. A fűszerezéskor a saját ízlésednek megfelelően adagolhatod, így más-más ízvilágot kaphatsz.

A végén öntöttem hozzá a fűzetejszínt és annyi vizet, amennyit jónak láttam az állaga miatt. Itt már csak 1-2 perc szükséges, és le is vettem a tűzhelyről.

Langyosra lehűlve irány a turmix és tálalásra készen is volt a sütőtök krémleves.

Egészséges és kellemes ízvilága van.

Kedves egészségedre!