Автор: http://www.jlady.ru/
12.06.2012 16:00 - Обновлено 16.05.2018 11:57



Гороховый суп любим многими, так как он прост в приготовлении, очень вкусен и п итателен
.
Бобовые
культуры
, к
которым
принадлежит
и
горох
,
содержат
растительный
белок
, а
также
много
полезных
микроэлементов
. А
если
приготовить
это
первое
блюдо
на
мясном
бульоне
– к
примеру
, суп
гороховый
с
говядиной
, –

то
тарелка
супа
вполне
может
стать
полноценным
обедом
.

Консультация www.маммолог.онлайн

Консультация www.венеролог.онлайн

Суп гороховый на мясном бульоне

Ингредиенты:

- 600 г говяжьей грудинки
- 300 г гороха
- 2 луковицы
- 2 моркови
- 150 г копченой корейки
- 2 картофелины
- соль, перец, лавровый лист, зелень

Способ приготовления :

Горох тщательно промыть, залить водой оставить на ночь для разбухания. Мясо хорошенько
вымыть
и
подержать
в

холодной воде минут 30. В кастрюлю кладем говядину , очищенные лук и морковь , лавровый лист , душистый и черный перец , заливаем холодной водой и ставим на огонь . Доводим до кипения , снимаем пену и варим на небольшом огне , до полной готовности мяса .

Горох необходимо откинуть на сито, переложить в кастрюлю, залить мясным бульоном и готовить на небольшом огне до тех пор, пока он не станет мягким. Добавить очищенный и нарезанный картофель и продолжать готовить.

Копченую корейку нарезать мелкими кубиками и обжарить на сковороде, добавить лавровый лист, нарезанные лук и морковь и протушить все вместе 5-7 минут. Добавить пассерованные овощи в

кастрюлю
с
супом
,
посолить
по
вкусу
и
довести
до
кипения
.
Дать
настояться
15-20
минут
.

Перед подачей на стол в каждую тарелку положить нарезанную отварную говядину и
у
красить
суп
зеленью
.
Рецепт
простой
и
совершенно
доступный
.

Гороховый суп с мясом и сухариками

Ингредиенты:

- 600 г говяжьей рульки
- 400 г гороха

- 150-200 г копченой грудинки
- 2 луковицы
- 2 моркови
- 100 г сухариков из белого хлеба
- соль, перец, лавровый лист

Рецепт приготовления:

Горох промыть, залить холодной водой и оставить на ночь, чтобы набух. Мясо вымыть, залить холодной водой и оставить на 30-40 минут. В кастрюлю положить мясо, специи, лук и морковь, залить водой и приготовить мясной бульон.

Горох откинуть на сито, переложить его в кастрюлю, залить бульоном и готовить до тех пор, пока он не

станет
совершенно
мягким
.

Приготовить зажарку. Для этого на сковороде обжарить нарезанную кубиками копче
ную г
рудинку
,
морковь
, лук.
Добавить
в суп
пассерованные
овощи
,
нарезанную
отварную
говядину
,
посолить
,
довести
все
до
кипения
и
снять
с
огня
.
Дать
супу
настояться
15-20
минут
.

Перед подачей на стол гороховый суп с говядиной посыпать сухариками. Их приготов
ить дост
аточно
просто

:
белый
хлеб
нарезать
кубиками
или
полосками
и
подсушить
на
сковороде
,
предварительно
натертой
долькой
чеснока
.

Каждый рецепт имеет свою изюминку, но ни один из них не требует каких-то особых усилий
или
недоступных
продуктов
.
Более
того
,
вы
можете
в
любой
рецепт
внести
свои
дополнения
,
ведь
готовка
–
процесс
творческий
.

Успехов и приятного аппетита!