

# Chłodnik jabłkowo-selerowy



Autor: **Swiat\_i\_ludzie**  
Przepisów: **1545** Ocena: **13228**



3-4 os.



60 min



łatwe



przystępne



## Składniki:

- 3 duże kwaśne jabłka
- 1 średni seler
- 2 średnie cebule
- 1 ząbek czosnku
- 3-4 łyżki masła
- 1 l bulionu warzywnego lub drobiowego
- 1 łyżeczki słodkiej mielonej papryki
- szczypta gałki muszkatołowej
- sól
- biały pieprz
- 200 ml śmietanki kremówki 30 proc
- 5-6 suszonych moreli albo kilka cząstek pomarańczy

## Sposób przygotowania:

- 1 Seler obierz, opłucz pod bieżącą wodą. Pokrój w kostkę. Jabłka umyj, osusz i obierz. Usuń gniazda nasienne, pokrój w drobną kostkę. Cebule obierz, drobno posiekaj.
- 2 Na patelni roztop masło i zeszklij na nim cebulę. Dodaj seler oraz jabłka. Smaż na niezbyt dużym ogniu, od czasu do czasu mieszając około 10 minut, aż jabłka zaczną się rozpadać a seler stanie się miękki. Tuż przed końcem smażenia, dodaj czosnek przeciśnięty przez praskę.
- 3 Bulion wlej do garnka i podgrzej. Dodaj zawartość patelni. Gotuj na małym ogniu około 20 minut. Na koniec do zupy dodaj słodką paprykę, gałkę muszkatołową i dopraw do smaku solą oraz pieprzem. Gdy zupa przestygnie, zmiksuj ją blenderem lub przetrzyj przez sito. Wlej śmietankę, wymieszaj. Odstaw do lodówki na kilka godzin.
- 4 Tuż przed podaniem wyjmij chłodnik z lodówki i przelej do miseczek. Posyp pokrojonymi w kostkę morelami albo pomarańczami.
- 5 (bez czasu oczekiwania): 40 minut Porcja: 290 kilokalorii

Źródło: Świat i Ludzie

Twoje notatki do przepisu: