

حساء العدس والجزر



المقادير (تكفي لشخصين):

300 غراماً من الجزر المقشّر والمقطّع إلى قطع صغيرة.

60 غراماً من العدس الأحمر المجروش.

750 مليلتراً من مرق الخضار.

نصف ملعقة صغيرة من مسحوق الكزبرة اليابسة.

ملح وبهار أسود حسب الرغبة.

ملعقتان كبيرتان من الكريما الحامضة الجاهزة.

ربع ملعقة صغيرة من بذور الكزبرة المسحوقة.

طريقة التحضير:

- 1- في قدر توضع على النار، تُضاف قطع الجزر مع العدس الأحمر المجروش ومرق الخضر ومسحوق الكزبرة اليابسة والملح والبهار الأسود. يُغلى هذا المزيج لمدة 25 دقيقة، وذلك حتى يصبح الجزر طرياً.
- 2- يُضاف الحساء إلى الخلّاط الكهربائي، ويُمّطحن حتى يتشكّل مزيج ناعم.
- 3- يُقدّم هذا الطبق، مزيّناً بالكريما الحامضة وبذور الكزبرة المسحوقة.