



# Supa de rosii proaspete

Aceasta reteta de supa de rosii proaspete este aproape identica cu cea pe care am facut-o [aici](#), cu mentiunea ca de data aceasta in locul sucului de rosii am folosit rosii pe care le-am decojit si le-am pasat la blender.

Rezultatul este mai gustos decat cel din reteta initiala, in special datorita faptului ca acum, in luna iulie, rosiile au deja gustul acela natural si sanatos, pe care il stim cu toti.



## Ingrediente

- 1,3 kg rosii, decojite si pasate la blender
- 2 cepe
- 2 ardei capia rosii
- o telina mica
- 3 morcovi
- un pastarnac

- 3 linguri ulei de masline
- 100 ml smantana lichida pentru gatit (de exemplu [aceasta](#))
- sare, piper, oregano, menta, busuioc
- 2 catei de usturoi

## Preparare

Legumele se curata si se taie, dar nu foarte marunt.

Intr-o cratita punem la foc mic uleiul de masline si adaugam ceapa, morcovul, telina si pastarnacul.

Le calim 2-3 minute, dupa care adaugam si ardeiul rosu.



Continuam sa le calim inca 2-3 minute, dupa care adaugam apa pana la jumatatea cratitei.

Fierbem legumele pana cand se inmoaie, dupa care cu ajutorul unei site scurgem zeama din supa.



Pasam cu blenderul legumele si pasta obtinuta o punem din nou in cratita in care am fiert legumele.

Adaugam rosiile pasate si subtiem cu zeama de la legumele fierte, pana cand ajungem la consistenta dorita.

Adaugam sare dupa gust, cateii de usturoi pisati si mirodeniile.



Lasam sa fiarba aproximativ 10 minute, dupa care adaugam smantana lichida pe care o incalzim cu cateva linguri din supa pentru a nu se branzi in momentul in care o adaugam in cratita.



Mai tinem la foc mic aproximativ 3-4 minute.

Se serveste cu crutoane.

Poftă bună!



## Nu uita!

Daca iti plac retetele explicate de mine, intra pe pagina mea de Facebook, [Alina's Cuisine](#), si da-mi un LIKE. Iti multumesc!

## Ai incercat aceasta reteta?

Ti-a placut? Impartaseste cu noi rezultatul. Intra [aici](#) si incarca fotografia facuta de tine. Nu iti face griji daca nu este profesionista, nici noi nu suntem. Vei gasi mai apoi fotografia ta pe aceasta pagina. Iti multumesc!