

11-11-2014

«Σήμερα τι θα μαγειρέψουμε!»

Σήμερα θα μαγειρέψουμε την σούπα... ΜΠΟΡΣ.

Είναι μια θρεπτική σούπα λαχανικών ουκρανικής προέλευσης.

Μπορεί να φτιαχτεί με πολλές παραλλαγές προσθέτοντας

ή αφαιρώντας λαχανικά.

Υλικά

- 1 κιλό βοδινό ή μοσχαίρι
- 2 κρεμμύδια
- 2 παντζάρια βρασμένα
- 2 πατάτες
- 2 καρότα
- 3 χούφτες λάχανο κομμένο όπως για τη σολομάτα
- Λίγο ψιδοκομμένο σέλινο
- Λίγο ψιδοκομμένο κούριανό
- Λίγο ψιδοκομμένο βέλινο
- 2 ντομάτες ψιδοκομμένες
- 1 ατζίκι (καυτερός πολτός από πιπεριές)
- Στραγγιστό Γιαούρτι (
- Αλάτι - Πιπέρι

Εκτέλεση

Αρχικά βάζουμε το κρέας να βράσει και κόβουμε τα λαχα-

νικά. Σε μια κατσαρόλα σοτάρουμε τα κρεμμύδια με λίγο

ελαιόλαδο. Προσθέτουμε τις πατάτες, τα καρότα, το λάχανο,

τα βουτυρωμένα κρεμμύδια, τον τοματοπολτό, αλάτι, πιπέρι

και τις φήνουμε να βράσουν. Στην συνέχεια προσθέτουμε

τα παντζάρια, τον σέλινο, τον κούριανό, το βέλινο και λίγο

ελαιόλαδο. Είναι μια εξαιρετική σούπα σας

συνιστώ να τη δοκιμάσετε

Καλή σας όρεξη!!!

Αλεξάνδρος
Χασιδ