



Минестроне с соусом песто



Ингредиенты

◦ Зеленый горошек "Нежный"	1 банка (400г)
◦ Молодая кукуруза	1 банка (212г)
◦ Чеснок	1 зубчик
◦ Морковь	1 шт.
◦ Помидоры	2 шт.
◦ Картофель	3 шт.
◦ Лук репчатый	2 шт.
◦ Сыр пармезан	30 г
◦ Бульон куриный	1 л
◦ Орехи кедровые	30 г
◦ Базилик зеленый	25 листочков
◦ Масло оливковое	100 мл
◦ Соль морская и перец черный	по вкусу
◦ Чеснок	1 зубчик
◦ Морковь	1 шт.
◦ Помидоры	2 шт.
◦ Картофель	3 шт.
◦ Лук репчатый	2 шт.
◦ Сыр пармезан	30 г
◦ Бульон куриный	1 л
◦ Орехи кедровые	30 г
◦ Базилик зеленый	25 листочков
◦ Масло оливковое	100 мл
◦ Соль морская и перец черный	по вкусу

Способ приготовления:



50 мин



4 порции



280 ккал

1. Сварите куриный бульон.

2. Очистите картофель и лук, нарежьте кубиками 1x1 см.

3. Обжарьте лук на одной столовой ложке оливкового масла до золотистого цвета.

4. Переложите лук в кастрюлю для супа, залейте горячим куриным бульоном, добавьте нарезанный картофель.

5. Как только бульон с картофелем и луком закипит, добавьте овощную смесь и кукурузу. Проварите в течение 5 минут и добавьте помидоры, нарезанные вместе с кожурой.

6. Приготовьте соус песто: измельчите с помощью блендера базилик, чеснок, орехи и сыр с оставшимся

- оливковым маслом до однородной консистенции.

7. В минестроне добавьте соль, перец и соус песто.

8. Подавайте минестроне с хлебными гренками.



Совет

С минестроне очень хорошо сочетается не только соус песто, но и куриные фрикадельки!

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>