



## Суп-пюре из баклажанов по-тоскански и шампиньонов



### Ингредиенты

◦ Шампиньоны резаные	1/2 банки (200г)
◦ Баклажаны по-тоскански с томатами и базиликом	1 банка (375г)
◦ Перец	по вкусу
◦ Чеснок	3 зубчика
◦ Петрушка	для украшения
◦ Лук репчатый	2 шт.
◦ Имбирь молотый	1 ч. л.
◦ Орехи кедровые	50 г
◦ Масло оливковое	3 ст. л.
◦ Соль	по вкусу
◦ Перец	по вкусу
◦ Чеснок	3 зубчика
◦ Петрушка	для украшения
◦ Лук репчатый	2 шт.
◦ Имбирь молотый	1 ч. л.
◦ Орехи кедровые	50 г
◦ Масло оливковое	3 ст. л.
◦ Соль	по вкусу

### Способ приготовления:

🕒 30 мин

🍴 2 порции

🍽 120 ккал

1. Разогрейте в кастрюле 1-2 столовые ложки оливкового масла и в течение 5 минут обжарьте нарезанный полукольцами лук и рубленый чеснок.<br>
2. Добавьте в кастрюлю грибы, сухой имбирь и готовьте еще около 15 минут. Затем добавьте баклажаны и налейте воды так, чтобы она накрывала овощи на 1 см. Уменьшите огонь и готовьте 10 минут.<br>
3. Снимите суп с огня и взбейте в пюре с помощью блендера. По вкусу добавьте соль, перец, посыпьте петрушкой и обжаренными кедровыми орешками.



---

## Совет

Жареные кедровые орехи имеют более насыщенный вкус, но быстрее портятся. Используйте их сразу после обжарки.

---

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