

Острый томатный суп с сыром рикотта



0 ч 20 мин

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ



4 порции

Калорийность: 294 Ккал

Белки: 11.4 грамм

Жиры: 18.9 грамм

Углеводы: 20.9 грамм



9 ингредиенты

Ингредиенты

Категории: [Супы](#), [Томатный суп](#)

Ингредиент	Кол-во
Оливковое масло	2 столовые ложки
Перец чили	2 штуки
Помидоры	4 штуки
Чеснок	4 зубчика
Зелень	по вкусу
Сыр рикотта	250 г
Томатный сок	1 л
Белая часть лука-порей	1 штука
Итальянские травы	по вкусу

Инструкция

1. На раскаленную сковороду влить оливковое масло, добавить измельченный лук-порей, чеснок и перец чили, пассировать на среднем огне в течение 3-4 минут.
2. С помидор снять кожу, порезать их кубиками и добавить в сковороду. Все перемешать и пассировать еще 5 минут.
3. 1 стакан томатного сока смешать с овощной смесью и взбить частями в блендере до пюреобразного состояния.
4. В кастрюле смешать оставшиеся 3 стакана томатного сока и пюре из блендера, добавить смесь итальянских трав, соль по вкусу и довести до кипения.
5. Для подачи: подогрейте тарелки, налейте горячий суп, добавьте зелень и мягкий сыр рикотта.
6. Суп можно украсить маслиной, креветкой или ломтиком сладкого перца.
7. К супу подаются гренки, свежая лепёшка фокачча с травами или хлебцы.