

Тыквенный крем-суп с семечками

Вам понадобится

Тыква	500 г
Картофель	400 г
Лук репчатый	150 г
Чеснок	10 г
Овощной бульон	700 мл
Сливки 20%	100 мл
Оливковое масло	15 мл
Очищенные тыквенные семечки	по вкусу
Соль, перец	по вкусу

Приготовление

- 1 Чеснок измельчить, тыкву, картофель и лук нарезать кубиками.
- 2 В чашу мультиварки налить масло. Установить программу ЖАРКА, время приготовления 8 минут.
- 3 После начала обратного отсчета выложить в чашу лук и чеснок. За 3 минуты до окончания приготовления добавить чеснок и жарить, помешивая..
- 4 Затем в чашу добавить тыкву и картофель, соль, перец, залить бульоном. Закрыть крышку. Установить программу СУП, время приготовления 1 час

5

После окончания программы аккуратно измельчить суп погружным и влить сливки.

Тыквенный крем-суп с семечками