



reteta-video.ro

Supa Crema de Cartofi cu Somon Afumat

Nu mai este niciun secret ca ador **supele crema**. Am cateva preferate, iar printre ele este si **supa crema de cartofi cu somon afumat**. Vedeta este evident somonul afumat care se potriveste de minune cu legumele pline de vitamine. In maxim 30 de minute este gata si ne putem bucura de o supa sanatoasa, cremoasa si fina. Iar combinatia somon si cartofi mie mi se pare una castigatoare. O puteti face si cu dovlecei, dar neaparat cu marar din belsug si cateva rondele de ceapa verde presarate deasupra. Daca va place [somonul afumat](#), cu siguranta o sa iubiti si supa asta. Este foarte gustoasa si merita sa fie chiar si pe o masa de sarbatoare, desi pare chiar banala. Este o supa care pe mine ma binedispune, indiferent cum este vremea afara, cat sunt de obosita sau cate lucruri am de rezolvat. Super simpla, iar daca va grabiti tare-tare o puteti pregati si mai repede, caci cu cat taiati legumele mai mici, cu atat vor fierbe mai rapid. Puteti opri putina apa din cea in care au fiert legumele si regula la sfarsit grosimea supei. Daca vreti sa fie si mai fina, dupa ce o pasati treceti **supa de legume** printr-o sita. Eu nu o fac de obicei, pentru ca imi place sa simt bucatelele mici de legume. Si nu puneti multa sare de la inceput, caci somonul afumat este si el sarat. Iar usor rumenit si crocant, stins cu putina zeama de lamaie parfumeaza delicat supa crema. Opriti cateva crutoane de somon afumat pentru a orna supa la final si savurati-o!

INGREDIENTE SUPA CREMA DE CARTOFI CU SOMON AFUMAT

1 kg de cartofi, curatati si spalati
2 morcovi medii, curatati si spalati
o ceapa, curatata si spalata
o bucata de telina, curatata si spalata
200 g de somon afumat
200 ml de smantana pentru gatit
3 linguri cu ulei
o legatura de marar, spalat
zeama stoarsa de la o jumătate de lamaie
sare
piper proaspat macinat
cam 3 cani cu apa calda

MOD DE PREPARARE SUPA CREMA DE CARTOFI CU SOMON AFUMAT

- PASUL 1**
Taiem ceapa in felii, telina in cubulete si morcovii in rondele.
- PASUL 2**
Pregatim aragazul si o oala in care turnam uleiul. Punem ceapa, morcovul si telina, amestecam si calim legumele cam 5 minute.
- PASUL 3**
Taiem cartofii in cubulete, ii adaugam in oala, amestecam si turnam apa calda cat toate legumele sa fie acoperite. Condimentam cu sare, dar puneti putina pentru ca somonul afumat este si el sarat, si piper macinat, amestecam si lasam supa de legume sa fiarba.
- PASUL 4**
Taiem somonul afumat in bucatele, il punem intr-o tigaie antiaderenta, fara sa adaugam ulei, amestecam si il lasam sa se prajeasca pana cand devine rumen si usor crocant. Turnam peste el zeama de lamaie, amestecam si il mai lasam doar cat sucul sa se evapore.
- PASUL 5**
Intre timp legumele sunt fierte, asa ca inchidem aragazul, lasam supa sa se raceasca putin apoi o pasam cu un mixer vertical sau cu un blender pana cand obtinem o crema fina.
- PASUL 6**
Turnam smantana pentru gatit peste supa crema, in timp ce amestecam, adaugam somonul afumat si prajit, amestecam si gustam. Condimentam cu sare si piper macinat, daca mai este nevoie.
- PASUL 7**
Punem supa de somon inapoi pe aragaz si o mai lasam sa dea 2-3 clocote, la foc mic.
- PASUL 8**
Tocam marunt mararul, inchidem aragazul si il presaram deasupra supei.
- PASUL 9**
Servim supa fierbinte, cu cateva bucati de somon afumat prajit deasupra, marar din belsug si rondele de ceapa verde.

Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru Supa Crema de Cartofi cu Somon Afumat.

POFTA BUNA!

