

# Zupa z soczewicą

Przepis dodany przez użytkownika paula26013

**cebula,  
2 łyżeczki curry,  
1 łyżeczka imbiru w proszku,  
2 kostki rosołowe,  
1 kubek pomarańczowej soczewicy,  
1 liść laurowy,  
1 puszka mleka kokosowego,  
3 łyżki oleju,  
sól i pieprz do smaku,  
2 ząbki czosnku,  
10 ziaren pieprzu.**

Czas przygotowania: 30 minut

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Koszt: 15 PLN

Kaloryczność: 126 kCal

## Potrzebne składniki:

- cebula - 1 szt.
- czosnek - 1 kostka(i)

## Etapy przyrządzania:

- 1.** Zagotować litr wody z kostkami rosołowymi. Pokroić w kosteczkę cebulę, posiekać czosnek i przełożyć je do głębokiej patelni z olejem. Smażyć, dopóki cebula nie zrobi się szklista.  
Mieszając zawartość patelni, dodać curry, liść laurowy, imbir i soczewicę.  
Zmiażdżyć czarny pieprz i wrzucić go na patelnię. Zalać wszystko bulionem. Gotować do momentu, aż soczewica stanie się miękka

## Jak podawać?

cebula,  
2 łyżeczki curry,  
1 łyżeczka imbiru w proszku,  
2 kostki rosołowe,  
1 kubek pomarańczowej soczewicy,  
1 liść laurowy,  
1 puszka mleka kokosowego,  
3 łyżki oleju,  
sól i pieprz do smaku,  
2 ząbki czosnku,  
10 ziaren pieprzu.