

سوپ لبو، سوپ خوشمزه

7 دی 1404

یکی از سوپ‌های پاییزی خوشمزه‌ای که می‌توانید در منزل تهیه کنید، سوپ لبو است. این سوپ با لبو، سیب زمینی و هویج تهیه می‌شود و رنگ بسیار جذابی دارد.

مواد لازم برای تهیه سوپ لبو

لبو (چغندر) دو تا سه عدد
سیب زمینی بزرگ یک عدد
ساقه کرفس یک عدد
هویج بزرگ یک عدد
برگ بویک عدد
رزماری ۱ شاخه
فلفل چیلی و نمکبه مقدار لازم
آب مرغبه مقدار لازم
خامه کاله

طرز تهیه سوپ لبو

مرحله اول

برای تهیه این سوپ ابتدا لبوها را شسته و پوست بکنید. سپس داخل یک قابلمه قرار دهید. سیب زمینی و هویج را هم پوست بگیرید و به لبوی داخل قابلمه اضافه کنید.

مرحله دوم

حالا ساقه کرفس را شسته، خرد کنید و به مواد قبلی اضافه کنید.

مرحله سوم

برگ بو و شاخه کوچک رزماری را هم به همراه نمک و مقداری پودر چیلی ساییده نشده به مواد قبلی اضافه کنید.

مرحله چهارم

آب مرغ را روی مواد بریزید و سپس شعله را روشن کنید. صبر کنید تا سبزیجات پخته و نرم شوند.

مرحله پنجم

حالا برگ بو را از داخل قابلمه بیرون بیاورید و همه مواد را داخل مخلوط کن بریزید و خوب میکس

کنید. می‌توانید به جای مخلوط‌کن از گوشت‌کوب برقی هم استفاده کنید.
مرحله ششم

سوپ لبوی شما آماده است. می‌توانید روی آن را با مقداری خامه غلیظ و ساقه پیازچه خرد شده یا جعفری خرد شده تریین کنید. به عنوان چاشنی می‌توانید از آبلیمو هم استفاده کنید.