

طرز تهیه سوپ کدو حلوایی با شیر و جو

سوپ کدو حلوایی با شیر یکی از خوراکی‌ها و خوردنی‌های خوشمزه‌ای است که در فصل پاییز و زمستان به شدت می‌تواند برای بدن و سیستم ایمنی بدن مناسب باشد؛ زیرا اساسا کدو حلوایی یکی از بهترین خوراکی‌های فصل سرماست که خواص بی‌شماری دارد.

سوپ کدو حلوایی با شیر و جو

برای تهیه این سوپ به مواد زیر نیاز دارید:

- کدو حلوایی پوره شده: دو پیمانه
- جو پوست کنده: ۱ پیمانه سرخالی
- پیاز: 2 عدد
- سینه مرغ: ۱ عدد
- خامه: نصف پیمانه
- کره: ۲۰ گرم
- نمک، فلفل، پاپریکا به میزان لازم
- سیر: 3 حبه

آنچه که باید در ادامه انجام دهید، پختن و ترکیب کردن به موقع این مواد با همدیگر است. کمی کره در قابله بریزید و پیاز نگینی خرد شده را تفت دهید تا کمی سبک شود. سینه مرغ را اضافه کنید. جو پرک را بشویید و اضافه کنید. به اندازه‌ای که آب روی مرغ را بگیرد، در قابلمه آب بریزید و درب آن را نیمه‌لا بگذارید تا هم بجوش بیاید و کم کم بپزد و هم اینکه سر نرود.

در این فاصله کدو حلوایی را پوست کنده و خرد کنید و به سوپ اضافه کنید. می‌توانید کدو حلوایی را جداگانه در قابله دیگری بپزید و پوره کنید و بعد به سوپ اضافه کنید. در هر صوت کدو حلوایی باید در این مرحله به سوپ اضافه شود.

سینه مرغی که در سوپ ریخته بودید، بیرون بیاورید و با قیچی آشپزخانه آن را به قطعات کاملا ریز تبدیل کنید و کاملا خرد یا ریش ریش کنید.

نمک و فلفل و پاپریکا را اضافه کنید و همه این ترکیب را 30 دقیقه دیگر روی حرارت قرار دهید.

در نهایت کمی از آب سوپ را بردارید و با خامه مخلوط کنید و سپس به سوپ اضافه کنید. خامه باید به صورت تقریباً هم دما به سوپ اضافه شود. در غیر این صورت شکل زیبایی در سوپ نخواهد داشت.

بعد از اینکه سوپ را در ظرف سرو کشیدید، می‌توانید با مقداری جعفری تزئین کنید و نوش جان کنید.

نکته‌ای که باید در تهیه این سوپ با این رسی رعایت کنید این است که برای عطر بهتر سوپ می‌توانید از چوب دارچین یا برگ بو استفاده کنید و در اواخر پخت آنها را از سوپ خارج کنید.

از این سوپ با عنوان سوپ کدو حلوایی با شیر و خامه هم یاد می‌شود.