





Zupa z łososiem

Zupa z łososia z wolnowaru to pyszne i proste danie, które może być idealnym wyborem na obiad lub kolację w chłodne dni. W wolnowarze łosoś gotuje się wraz z warzywami i przyprawami, co daje wyjątkowy smak i aromat.

 Czas na High: 3H

 Czas na Low: 0-

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 15

Składniki

- Marchew - 1 szt.
- 5 - 6 szt. małych ziemniaków
- Seler - ½ szt.
- Łodygi selera - 2 szt.
- Szalotka - 2 szt.
- Papryka - 1 szt.
- Świeży filet z łososia - 400 gr.
- Sól i pieprz - do smaku
- Sok z cytryny - 3 łyżki
- Jogurt grecki - 2 łyżki
- Suchy estragon - 1 łyżeczka
-
-
-
-



Wykonanie:

- włożyć do misy wolnowaru marchewkę i łodygi selera pokrojone w krążki, ziemniaki pokrojone w większą kostkę, seler, paprykę i pokrojoną w kostkę szalotkę
- dodać filet z łososia, bez skóry i kości, pokrojony w kostki o boku 2 cm
- zalać 300 ml wody i doprawić solą i pieprzem
- ustawić wolnowar na tryb gotowania „High” i czas na 3 godziny
- wymieszać jogurt z odrobiną gorącej zupy aż osiągnie taką samą temperaturę jak zupa w misie wolnowaru, a następnie wlać mieszankę do misy
- delikatnie wymieszać i na koniec dodać sok z cytryny i estragon
- doprawić solą, jeśli to konieczne.