



СОЛЯНИКА

(ВЕГАН)



НАМ ПОНАДОБИТСЯ:

картошка — 1 шт. (большая)

капуста и асафетида по вкусу

фасоль — 1 банка

соленый огурец — 2 шт.

томатное пюре — 6 ст.л.

каперсы — 3 ч.л. (или по вкусу)

оливки — 3 ст.л. (или по вкусу)

лимон — 4 дольки (но лучше по вкусу)

вегетарианская колбаса

лавровый лист — 2 шт.

черный перец, соль

паприка — 1 ч.л.

ЕСЛИ В СУПЕ БУДЕТ ВЕГЕТАРИАНСКАЯ КОЛБАСА, ТО Я БЫ НАЧАЛА ЕГО ВАРИТЬ С ОБЖАРКИ КОЛБАСЫ.

1. В КАСТРЮЛЮ НАЛИВАЕМ ВОДЫ И ЗАКИДЫВАЕМ ТУДА ФАСОЛЬ. Я ЛЮБЛЮ КОГДА В ЭТОМ СУПЕ ОНА РАЗВАРИВАЕТСЯ, НЕ ПРЯМ СОВСЕМ, НО ХОРОШЕНЕЧКО, ОН ТОГДА НАВАРИСТЫЙ ПОЛУЧАЕТСЯ.

2. ЧИСТИМ КАРТОШКУ, РЕЖЕМ СОЛОМКОЙ/КУБИКАМИ И ДОБАВЛЯЕМ В КАСТРЮЛЮ.

3. КАПУСТУ РЕЖЕМ ТОНКИМИ ЛОМТИКАМИ И ОБЖАРИВАЕМ ДО ПРОЗРАЧНОСТИ С АСАФЕТИДОЙ НА РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ.

4. СОЛЕННЫЕ ОГУРЦЫ РЕЖЕМ КУБИКАМИ. ТОЖЕ СЛЕГКА ПРИПУСКАЕМ НА РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛЕ ВМЕСТЕ С КАПУСТОЙ. И В КАСТРЮЛЮ.

5. ВСЕ ТУДА ЖЕ, В КАСТРЮЛЮ, ДОБАВЛЯЕМ ТОМАТНОЕ ПЮРЕ ИЛИ ТОМАТНУЮ ПАСТУ ЧТО ОЧЕНЬ КОНЦЕНТРИРОВАННАЯ, ТО ХВАТИТ И 1 СТ.Л.

6. ТУДА ЖЕ КЛАДЕМ КАПЕРСЫ, ОЛИВКИ И ВСЕ СПЕЦИИ. СОЛИМ.

7. ЛИМОН Я КЛАДУ В ПОСЛЕДНЮЮ ОЧЕРЕДЬ. И АККУРАТНО. Т.К. ОН ОТДАЕТ ВКУС СО ВРЕМЕНЕМ И МОЖНО ПЕРЕКИСЛИТЬ. ЛУЧШЕ ДОЛОЖИТЬ ПОЗЖЕ ЕЩЕ ДОЛЬКУ.