

Постный борщ из красной капусты с белой фасолью

Автор: Мухаббат
09.04.2013 10:14 -



Ну как же без любимого, наваристого и ароматного борща в пост? Хорошо приготовленный постный борщ ничуть не уступает борщу на мясном бульоне, ведь основной аромат и вкус создают именно овощи. Предлагаю приготовить борщ из красной капусты и запечённой свеклы. И цвет, и вкус у супа потрясающий, а белая фасоль придаёт борщу особый шарм. Ну, и, конечно же, как известно, борщ особенно хорош на следующий день.

Постный борщ из красной капусты с белой фасолью

Автор: Мухаббат
09.04.2013 10:14 -

ИНГРЕДИЕНТЫ:

1 маленький кочан красной капусты

4 средние запечённые свеклы

1 картофель (по желанию)

1 морковь

1 головка репчатого лука

1 банка (400 гр.) консервированной белой фасоли

100 мл. томатного сока (либо 2 ст.л. томатной пасты разведённые водой)

2 лавровых листа

2 зубчика чеснока

Постный борщ из красной капусты с белой фасолью

Автор: Мухаббат
09.04.2013 10:14 -

2 ст.л. лимонного сока

соль

молотый чёрный перец

2-3 ст.л. растительного масла

ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

Запечь свеклу (рецепт можно посмотреть [здесь](#)). Остудить и очистить от кожуры и натереть на крупной тёрке и сбрызнуть лимонным соком. Половину одной свеклы оставить для украшения. Эту половинку нарезать тонкой соломкой и отложить на отдельную тарелочку.

С консервированной фасоли слить жидкость. Немного фасоли отложить для украшения.

Постный борщ из красной капусты с белой фасолью

Автор: Мухаббат
09.04.2013 10:14 -

Зажарка: лук очистить от шелухи, вымыть и мелко нарезать. Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной тёрке. Чеснок измельчить. В сковороду налить растительное масло, поставить на огонь и разогреть, выложить лук и поджарить до мягкости, затем добавить морковь, перемешать и жарить на среднем огне до мягкости моркови. Добавить томатную пасту и чеснок, слегка посолить, перемешать и подержать на огне ещё минуты 3.

В кастрюлю налить воду (2-2,5 литра) и поставить на огонь. Дать закипеть.

Тонко нашинковать красную капусту. Добавить в бульон, дать закипеть.

Картофель вымыть, очистить и нарезать крупными кубиками, добавить к капусте. Варить до готовности. Добавить зажарку, натёртую свеклу и дать закипеть. Затем добавить фасоль, лавровый лист, посолить и поперчить. Дать борщу потомиться на мелком огне ещё минут 5.

Постный борщ из красной капусты с белой фасолью

Автор: Мухаббат
09.04.2013 10:14 -

Нарезанную соломкой свеклу и фасоль перемешать.

Разлить горячий борщ по тарелкам и украсить свеклой с фасолью.

{comments on}