

TOSKAŃSKA ZUPA Z FASOLĄ I CUKINIĄ



Składniki:

2 łyżki oliwy
1/2 cebuli
1 marchewka
2 ząbki czosnku
1 litr bulionu drobiowego
1 puszka białej fasoli
1 puszka krojonych pomidorów
1 łyżka koncentratu
pomidorowego
1/2 łyżeczki suszonego oregano
1/2 łyżeczki majeranku
1/2 cukinii
garść szpinaku

Przygotowanie:

- W garnku na oliwie poddusić pokrojoną w kosteczkę cebulę. Dodać obraną i pokrojoną w kosteczkę marchewkę i smażyć podsmażać przez ok. 5 minut.
- Dodać obrany i starty czosnek, wymieszać, chwilę podsmażyć. Wlać gorący bulion i zagotować.
- Dodać całą zawartość puszki (fasolka + zalewa) oraz krojone pomidory z puszki (można je zmiksować), koncentrat, oregano, majeranek. Doprawić solą i pieprzem. Zagotować, przykryć i gotować pod przykryciem przez ok. 10 minut.
- Dodać pokrojoną w kostkę cukinię i gotować przez kolejne 10 minut. Na minutę przed końcem dodać opłukany szpinak. Podawać z tartym parmezanem i bazylią.

Bona Appetita!