

Греческий суп из чечевицы



Ингредиенты

2 л овощного или куриного бульона
2 стакана пестрой чечевицы
200 г сыра фета
400 г помидоров, консервированных в собственном соку
1 большой пучок шпината
1 средняя луковица
3 стебля сельдерея
1 ч. л. сушеного тимьяна
2 ч. л. сушеного орегано
2 зубчика чеснока
2 ст. л. лимонного сока
соль, свежемолотый черный перец

ПОШАГОВЫЙ РЕЦЕПТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Шаг 1

Очистите лук и нарежьте кубиками. Стебли сельдерея разрежьте вдоль на 2–3 части и тоже нарежьте маленькими кубиками. Разогрейте в кастрюле оливковое масло и обжарьте лук с сельдереем на среднем огне до мягкости, 5–7 мин.

Шаг 2

Очистите помидоры от кожицы и разомните вилкой. Добавьте в кастрюлю вместе с жидкостью, всыпьте тимьян и орегано и тушите 5 мин.

Шаг 3

Влейте в кастрюлю бульон и доведите до кипения. Добавьте чечевицу и варите 40 мин., пока она не станет мягкой. Удалите у шпината жесткие стебли, листья крупно нарежьте. Чеснок

раздавите ножом, очистите и мелко порубите, а потом немного разотрите ножом, чтобы получилась грубая паста.

Шаг 4

Когда чечевица будет готова, посолите и поперчите суп, влейте лимонный сок и положите шпинат и чеснок, держите на огне еще 2 мин.

Шаг 5

Разомните фету вилкой на небольшие кусочки. Разлейте суп по тарелкам и посыпьте фетой.