



Šiupininė sriuba

Ingredientai

- 500 g Jautienos
- 4 Virtų ir rūkytų dešrelių
- 100 g Virto kumpio
- 70 g Perlinės kruopos
- 2 Bulvių
- 2 Svogūno
- 1 Šaukštas Pomidorų pastos
- 1 Morkų
- 2 Raugintų agurkų
- 0.5 l Raugintų agurkų sūrymo
- 3 Kubai MAGGI BIO daržovių sultinio
- 2 a.š Druskos

Instrukcija

1. Perlines kruopas beriamė į puodelį ir užpilame vandeniu. Paliekame brinkti bent keletą valandų, geriausiai per naktį.
2. Susipjaustome ingredientus: jautieną 1-2 cm gabaliukais, susmulkiname svogūną, nedideliais kubeliais supjaustome morkas ir bulves. Į gerai įkaitintą keptuvę pilame šlakelį aliejaus ir jam įkaitus suverčiame svogūnus bei jautienos gabaliukus, kepame nemažinant kaitros kol dailiai apskrus.
3. Puode užviriname 2 litrus vandens ir sudedame „Maggi“ sultinio kubelius. Maišome, kol jie ištirpsta. Į verdantį sultinį suverčiame apkeptus svogūnus ir jautieną, įdedame pomidorų pastos šaukštą ir suberiame aitriąją papriką, išmaišome ir paliekame virti ant nedidelės kaitros, verdame apie 15 l puodą beriamė morkų ir bulvių kubelius ir dar paverdame apie 15 min. Kol daržovės verda, supjaustom raugintus agurkus nedideliais gabaliukais ir sudedame juos į puodą, kai bulvės jau yra išvirusios. Rūkytas dešreles supjaustome griežinėliais, kumpį kubeliais ar juostelėmis, sudedame į puodą ir galiausiai supilame raugintų agurkų skystį. Verdame apie 5-7 min., paragaujame, jei trūksta druskos – dar pasūdomė, tuomet išjungiamo kaitrą, puodą dengiamo dančiu ir sriubą paliekame ramybėje bent 15 min.
4. Tiekiamo su juodos duonos rieke, grietine, kapotais kalendrų lapeliais, alyvuogėmis, smulkintu česnaku.

203 Minutės

4 Porcijos

Angliavandeniai	20.4 g
Energija	427.51 kcal
Riebalai	29.64 g
Baltymai	20.05 g