
257. Zupa z jabłek z warzywami na ostro / Spicy apple soup with vegetables



Przepis na zupę z jabłek na ostro

Dziś trochę zaskakujący przepis z użyciem jabłek, którymi w nadmiarze poczęstowało nas tegoroczne lato i jesień. Zupa z jabłek z warzywami na ostro, to prosty, odrobinę zaskakujący, ale naprawdę warty wypróbowania ze względu na swój smak, przepis. Zainteresowanych, zapraszamy do oglądania angielskiej wersji z napisami od [Translab](#).



Today, we're presenting a slightly surprising recipe with apples of which there are more than enough this summer and autumn. Spicy apple soup with vegetables is a simple, slightly surprising recipe which is really worth trying. Those who are interested can watch an English version with subtitles by [Translab](#).

Czas / : 40 min.

Ilość / Amount: 6 porcji / portions

Składniki / Ingredients:

- 1 kg jabłek / apples
- 500 g pietruszki / parsnips
- 300 g selera / celery
- 2 łyżki octu balsamicznego / 2 tablespoons balsamic vinegar
- 2 łyżki oliwy / 2 tablespoon olive oil
- 1 łyżka sosu sojowego tamari / 1 tablespoon tamari soy sauce
- 1 łyżeczka curry / 1 teaspoon curry
- 1/2 łyżeczki chińskiej przyprawy 5 smaków / 1/2 Chinese five-spice powder
- 1 łyżeczka soli / 1 teaspoon salt
- 700 ml wody / water
- Skwarki z wędzonego tofu (z przepisu nr.100 na ruskie pierogi) / Smoked tofu scratchings (from the Russian pierogi recipe no. 100)

Sposób przygotowania / Instructions:



Jabłkowa zupa na ostro, czyli nietypowa propozycja na obiad

Przygotowanie zupy z jabłek rozpoczynamy od tego, że warzywa obieramy, kroimy w kostkę,

zalewamy wodą i gotujemy na małym ogniu żeby zmiękły. W tym czasie jabłka pozbawiamy gniazd nasiennych i również kroimy. Gdy warzywa nie będą już twarde, dorzucamy do nich jabłka, zagotowujemy i dodajemy wszystkie przyprawy oprócz oliwy. Mieszamy i pozostawiamy na małym ogniu, pod przykryciem aż jabłka się ugotują. Zupę z jabłek z warzywami zdejmujemy z palnika, miksujemy i na sam koniec dodajemy oliwę. Jeszcze raz mieszamy i gotową zupę nalewamy do misek. Na wierzch zupy kładziemy po łyżce skwarków z wędzonego tofu. W naszej kuchni takie pyszne, aromatyczne skwareczki zawsze trzymamy w lodówce aby okrasić nimi zupy, pierogi i kluski. Smacznego i na zdrowie!

Sprawdź także inne przepisy z naszego bloga, np. na [naleśniki po meksykańsku](#) czy wegańskie [krokiety z kapustą kiszoną](#) i soczewicą.



Peel the vegetables, dice them, pour water over them and simmer them until they soften. In the meantime, core the apples and chop them too. When the vegetables are no longer hard, add the apples, boil it all up and add all the seasoning apart from olive oil. Stir it and let it simmer with the lid on, until the apples are done. Take the soup off the ring, blend it and add olive oil at the end. Mix it again and pour the ready soup into bowls. Put a spoonful of smoked tofu scratchings on top. There are delicious, aromatic scratchings in our kitchen. We always keep them in the fridge to season soups, pierogi and dumplings with them. Enjoy it! It's good for you!

When you have no time to cook, visit our shop for other dishes: <https://ateliersmaku.pl/sklep/>