Moliūgų sriuba su charakteriu

Atverti receptą svetainėje

Keptų daržovių moliūgų sriuba su apskrudusia chorizo, sėklomis, šviežiomis žolelėmis ir Modenos balzaminiu actu.

Ingredientai

Sriubai

- 400 g moliūgo (nulupto, be sėklų ir supjaustyto kubeliais)
- 2 morkos (250–300 g)
- 1 paprika (250 g)
- 1 didelis svogūnas
- 3–4 česnako skiltelės
- ypač tyro alyvuogių aliejaus (daržovėms pašlakstyti)
- 400 ml vištienos arba daržovių sultinio (ar šiek tiek daugiau jei norisi skystesnės sriubos)
- druskos (pagal skonį)

Patiekimui

- 1 chorizo dešra (100 g)
- 1 v. š. sėklų mišinio (ar moliūgo sėklų)
- šviežių žolelių – baziliko (krapų, rozmarino arba kokių turite)
- keli lašai geros kokybės Modenos balzaminio acto (naudojau „Andrea Milano Aceto Balsamico di Modena IGP“)

Gaminimo eiga

1. Daržoves paruoškite kepimui. Morkas, papriką, svogūną ir česnaką susmulkinkite. Kartu su moliūgo kubeliais suberkite į kepimo indą, pasūdykite ir pašlakstykite alyvuogių aliejumi.

2. Kepkite orkaitėje 180 °C temperatūroje apie 40–45 min. arba karšto oro gruzdintuvėje 180 °C temperatūroje apie 25 min., kol daržovės suminkštės.

3. Kol daržovės kepa, chorizo supjaustykite gabaliukais ir apkepkite keptuvėje. Kepant šiek tiek paspauskite, kad geriau apskrustų ir išleistų riebaliukus. Riebaliukus pasilikite patiekimui.

4. Apkeptas daržoves sudėkite į puodą, supilkite 400 ml sultinio ir užkaitinkite. Jei daržovės dar ne visai minkštos, pavirkite keletą minučių, kol visiškai suminkštės.

5. Sutrinkite sriubą blenderiu iki vientisos masės.

6. Supilstykite į dubenėlius. Ant viršaus dėkite apskrudusių chorizo gabaliukų, pašlakstykite keptuvėje likusiais dešros riebaliukais, užberkite sėklų mišinio, uždėkite žolelių ir pagardinkite keliais lašais Modenos balzaminio acto.

Pastabos

Orkaitėje: 180 °C, apie 40–45 min. Karšto oro gruzdintuvėje: 180 °C, apie 25 min. Tai daržovių kepimo laikas, ne visas sriubos ruošimo laikas. Chorizo galima keisti šviežia kiaulienos dešrele. Tuomet ją gausiai pagardinkite rūkytos paprikos milteliais ir gerai iškepkite. Žoleles rinkitės pagal tai, ką turite.

---

lina gamina
SKANAUS MAISTO UŽRAŠAI

Gaminkime kartu!
Daugiau skanių atradimų
Instagram Facebook

© 2026 Lina gamina · linagamina.lt