



BezOkruszka.pl

Zdrowe i pyszne
przepisy bezglutenowe

Alpejska zupa cebulowa z kozim serem

- 500 g cebuli
- 2 łyżki oliwy lub masła (najlepiej pół na pół)
- 1 łyżka mąki ryżowej
- ok. 800 ml wody
- 3 liście laurowe
- 3 ziarenka ziela angielskiego
- kilka gałązek świeżego tymianku
- sól i świeżo zmielony pieprz



PRZEPIS NA 4-5 PORCJI



Bezglutenowy

Dodatkowo

- kilka kromek bezglutenowego chleba
- żółty kozi ser (tradycyjnie używa się sera gruyère, chociaż możesz użyć tartej mozzarelli)

1. Cebulę obierz i pokrój w półplasterki. **2.** Masło lub oliwę rozgrzej w garnku (najlepiej o grubym dnie), dodaj pokrojoną cebulę i smaż na średnim ogniu (mieszając od czasu do czasu), aż do delikatnego zbrązowienia. **3.** Gdy cebula jest już dobrze zrumieniona, dodaj mąkę i mieszając, duś przez minutę, dwie. **4.** Wlej wodę oraz dodaj tymianek i gotuj zupę na wolnym ogniu, pod przykryciem przez minimum 30-40 minut. Dopraw świeżo zmielonym pieprzem i solą. Opcjonalnie możesz ją zmiksować na zupę krem. **5.** Następnie kromki bezglutenowego chleba lekko opiecz (ja użyłam do tego małej patelni :-). **6.** Zupę wlej do żaroodpornych misek, na górę wyłóż bezglutenowe grzanki, ułóż plasterki sera i zapiekaj kilka minut w piekarniku w 200°C (zapiekałam je pod rozgrzaną górną grzałką), aż ser rozpuści się i lekko przyrumieni. Podawaj po lekkim przestudzeniu z listkami świeżego tymianku.

