Рибний суп

Цей надзвичайно смачний суп із риби готується дуже легко, та ще він доволі ситний і прекрасно підходить одразу для першого і другого.

Як і будь-який інший суп, рибний сприяє травленню, володіє необхідними елементами і вітамінами, що забезпечують добре самопочуття. Крім того, він дуже смачний і сподобається всім любителям риби.

Для даного супу можна використовувати практично будь-яку білу рибу — від річкової і до морської, а також червону рибу.

- 800 г філе різної риби
- 1 цибуля порей
- 1 стебло салери
- 1 морквина
- 2-3 зубчики часнику
- 100 мл перетертих консервованих помідорів або свіжих
- 100 мл білого сухого вина
- 2 столові ложки оливкової олії
- 1 лавровий листок
- сіль, перець

Якщо є кістки і голова від риби, можна зварити бульйон для супу з різною зеленню.

Овочі помити, почистити і дрібно нарізати. Підсмажити їх у каструлі з олією до прозорості. Додати помідори консервовані чи свіжі, порізані кубиками, сіль, 1.5 літри бульйону чи води і проварити овочі 10 хв. Влити вино і готувати ще 5 хв.

Рибу помити, осушити і порізати невеликими шматками, додати до супу і готувати на малому вогні 5-10 хв. Посолити і поперчити до смаку, також можна ще додати сік лимону та посічену зелень петрушки.

CASAL GARCIA
SINCE 1959
VINHO VERDE
PORTUGAL
CLASSICO