

24 Οκτωβρίου 2016

Χειμωνιάτικη σούπα με κεφτεδάκια

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Υλικά Συνταγής

-

Για τα κεφτεδάκια:

- 300 γραμμ. κιμάς μοσχαρίσιος
- 1 κ.σ. τριμμένο κρεμμύδι
- 3 κ.σ. φρυγανιά τριμμένη
- 1 κ.σ. μαϊντανό ψιλοκομμένο
- 2 κ.σ. παρμεζάνα τριμμένη
- 1 αυγό
- αλάτι
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι

-

Για τη σούπα:

- 2 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 1 πράσο ψιλοκομμένο
- 2 καρότα ψιλοκομμένα
- 2 κλωνάρια σέλερι ψιλοκομμένα
- 2 ντομάτες ψιλοκομμένες
- 1½ φλ. τσαγιού κοφτό μακαρονάκι
- 1½ λίτρο ζωμό κότας ή νερό
- αλάτι
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Εκτέλεση

Βάζουμε όλα τα υλικά για τα κεφτεδάκια σε μπολ και τα ζυμώνουμε πολύ καλά μέχρι να αλλάξει χρώμα ο κιμάς. Τον αφήνουμε σκεπασμένο στο ψυγείο μέχρι να φτιάξουμε τη σούπα.

Σε κατσαρόλα ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε μέτρια φωτιά και σοτάρουμε το κρεμμύδι και το πράσο για 2' να γίνουν διάφανα. Προσθέτουμε τα καρότα και το σέλερι και συνεχίζουμε το σοτάρισμα για 2'. Προσθέτουμε τις ντομάτες, το ζωμό και αλατοπιπερώνουμε. Σκεπάζουμε την κατσαρόλα και βράζουμε για 10'.

Στο μεταξύ πλάθουμε τον κιμά σε όσο πιο μικρά κεφτεδάκια μπορούμε. Βγαίνουν περίπου 25 μικρά κεφτεδάκια. Προσθέτουμε το κοφτό μακαρονάκι στη σούπα και τα κεφτεδάκια. Βράζουμε για 10'. Σερβίρουμε σε βαθιά πιάτα ή μπολ.

Πηγή: argiro.gr