

Zupa z czarnej fasoli i chili

Oryginalny przepis na zupę

 Czas na High: 4-5H

 Czas na Low: 7 H

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 20

Składniki

- 450 g suszonej czarnej fasoli, namoczonej przez noc
- Wędzona szynka
- 2 marchewki, posiekane
- 1 czerwona cebula, posiekana
- 4 ząbki czosnku, posiekane
- 2 chili Cubanelle, posiekane
- 1 czerwona chili Fresno, posiekana
- 1 łyżka chili w proszku
- 2 łyżki mielonego kminku
- 2 łyżki suszonego oregano
- 1 łyżka octu jabłkowego z cydru
- Sól
- Świeżo zmielony czarny pieprz
- Meksykańska crema lub kwaśna śmietana, do podania
- Salsa ze świeżych pomidorów i pomidorków
- 1 1/2 szklanki pomidorów koktajlowych, posiekanych
- 1/2 szklanki pomidorów, posiekanych
- 1/4 szklanki posiekanej czerwonej cebuli
- 1/4 szklanki posiekanej świeżej kolendry
- 2 łyżki świeżego soku z limonki
- 1 ząbek czosnku, posiekany
- 1 łyżka oliwy z oliwek
- Sól
- Świeżo zmielony czarny pieprz
- 3 łyżki jalapeños, posiekane
-



Wykonanie:

Wymieszać razem fasolę, szynkę, cebulę, marchew, czosnek, chili, proszek chili, kminek, oregano i 8 szklanek wody w 6-litrowym wolnowarze. Przykryć i gotować do miękkości fasoli, na low przez 7 do 8 godzin lub na high przez 4 do 5 godzin jeśli zupa jest rzadka, odlać 1 filiżankę fasoli, rozgnieść tłuczkiem do ziemniaków i wlać z powrotem do zupy. Wymieszać z octem, doprawić solą i pieprzem.

Podawać ze śmietaną i salsą ze świeżych pomidorów i pomidorków.

Przygotować salsę ze świeżych pomidorów i pomidorków Wymieszać pomidory, pomidorki, czerwoną cebulę, kolendrę, jalapeno, sok z limonki, czosnek i oliwę z oliwek. Doprawić solą i świeżo zmielonym czarnym pieprzem.