RecetaKA

BORSCH (Sopa Rusa)



Ingredientes para 6 personas: 1 paquete remolachas cocidas / 1 cebolla / 1 puerro mediano / 1 tallo pequeño de apio / atado de hierbas (perejil, laurel, tomillo) / 50 gr. Mantequilla / 1 litro de caldo de verduras / sal / pimienta negra / 1 cucharada de vinagre / nata agria (o creme fresh) Ingrediente para 18/21 rodajas de pan de ajo: 1 pan baguette o barra rústica de miga firme y buena corteza / 65 g de mantequilla a temperatura ambiente / 30 ml de aceite de oliva virgen extra / 1 g ralladura de limón / 4 g. ajo granulado / 3 dientes de ajo / Pimienta negra molida /queso parmesano (opcional) / sal gruesa / perejil fresco picado

Elaboración del Borsch

1. Abrir la bolsa de las remolachas y reservar su jugo. Cortar la remolacha en mirepoix
2. Limpiar las verduras, cortarlas trocitos pequeños.
3. En una olla saltear en la mantequilla las verduras junto con la remolacha y las hierbas en bouquet
4. Antes de que tomen color cubrir con el caldo y dejar cocer hasta que estén tiernas aproximadamente unos 20 minutos
5. Quitar el ramito de hierbas y sazonar con sal y pimienta. Pasar por la trituradora y, si fuera preciso, por el chino; rectificar el punto de sazón y añadir la cucharada de vinagre. Si se hubiera consumido mucho agregar un poquito más de caldo
6. Servir en con una cucharada generosa de nata agria. Espolvorear perejil picado. Acompañar con ½ huevo duro rallado y/o 2 rebanadas de pan de ajo

Elaboración del pan de ajo

1. Precalentar el horno a 180º y preparar una bandeja cubriéndola con papel de horno.
2. Pelar los dientes de ajo y picarlos muy finos. También podemos machacar en mortero.
3. Cortar la barra de pan en cortes de 1 dedo de grosor y en diagonal para que las rebanadas salgan más alargadas.
4. Poner la mantequilla en un cuenco y añadir el aceite de oliva, la ralladura de limón, los dientes de ajo picados, pimienta negra al gusto, el ajo
5. granulado, una pizca de sal gruesa y 1 cucharada de queso parmesano (opcional). Mezclar todo muy bien hasta dejar una textura cremosa.
6. Untar cada rebanada de pan con la pasta cremosa usando un pincel de cocina o un cuchillo de cocina.
7. Distribuir las rodajas sobre la bandeja de horno. Hornear durante 12-15 minutos. Cuidando que no se quemen. Sacar del horno y espolvorear perejil

Nota: *Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres* ***supervisen, ayuden y se diviertan*** *cocinando con los niños*