

Η συνταγή της ημέρας.Κρύα σούπα με αρακά

[/ Γενικά Θέματα](#)



Υλικά:

350 γρ. φρέσκο ή κατεψυγμένο αρακά

250 γρ. πατάτες κομμένες σε κομματάκια

1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο

1 μεγάλο ματσάκι δυόσμο

ξύσμα από μισό λεμόνι

2 κ.σ. χυμό λεμονιού

900 ml ζωμό κότας

αλάτι

μαύρο πιπέρι φρεσκοτριμμένο

1 κ.σ. ψιλοκομμένο φρέσκο δυόσμο (για το γαρνίρισμα)

Εκτέλεση:

Βάζετε τον αρακά σε μια ρηχή κατσαρόλα μαζί με τις πατάτες, το κρεμμύδι, τον

δυόσμο, το ξύσμα και το χυμό του λεμονιού και το ζωμό και αλατοπιπερώνετε.

Τα αφήνετε να βράσουν σε χαμηλή φωτιά για 15 με 20 λεπτά, ώσπου να μαλακώσουν.

Πολτοποιείτε στο μπλέντερ όλα τα υλικά και αφήνετε το μείγμα να κρυώσει.

Αλατοπιπερώνετε και αφήνετε τη σούπα στο ψυγείο για 2 με 3 ώρες.

Σερβίρεται κρύα, γαρνιρισμένη με το φρέσκο δυόσμο.

Πηγή: ikypros.com