

## **Boršč bez mesa**



težina: **lako**

za: **6 osoba**

vreme pripreme: **80 min**

### **Sastojci**

#### **Potrebno je:**

- **3 kašikeulja**
- **1 glavicacrnnog luka**
- **400-500 g (2 komada)sveže cvekle**
- **100 g ili manja konzervabelog pasulja** (izmeren nekuvan)
- **3 kašikekoncentrovanog paradajza**
- **2krompira srednje velicine**
- **1/4manje glavice kupusa**
- **1šargarepa**
- **1/2crvene paprike**
- **komadiccelera**
- **1 kašikašecera**
- **1lovorov list**
- **1.5 lvode ili kombinovano s govedjim**
- ili pilecim bujom
- **1/2soka od limuna**
- **1 kašicicasoli**
- **1/4 kašicicebibera**
- **1 krupniji cenbelog luka**

#### **Finale:**

- **1 kašikaiseckane mirodije i (ili) peršuna**

- kisela pavlaka

## Preparacija

Ako pravimo boršč bez mesa, a pritom ne postimo, možemo pojacati kvalitet i ukus corbe tako što cemo deo vode zameniti domaćim mesnim bujom, a povrce dinstati na puteru i ulju. Umesto mesa dodacemo pasulj kao proteinsku zamenu. Krompir cemo dodati ako supu odmah jedemo i ne ostavljamo je za sutradan. U receptu su opisani osnovni principi kuvanja boršca, a sastojke cemo dodavati prema licnom ukusu i želji, pa sam ovom prilikom izostavila kupus i krompir. Navedene mere su za 6 bogatih porcija.

Sve namirnice pripremiti unapred, oljuštiti, iseckati i izrendisati, da bi izrada supe bila vrlo jednostavna. Sa cveklom biti oprezan jer ce obojiti sve cega se dotakne. Iz istog razloga cemo je kuvati odvojeno. Ako nemamo pasulj u konzervi, trebalo bi ga skuvati ranije i cuvati u njegovom saftu u frižideru ili zamrzivacu. Uvek odvojim malo skuvanog pasulja kad pripremam prebranac i zamrznem ga za ovakve prilike. Isto radim i kad kuvam mesnu supu, odvojim deo i zamrznem, da bih imala bujon kad ga neki recept zahteva. Ako koristimo krompir, opracemo ga, oljuštiti i iseckati na kockice, pa držati u hladnoj vodi do upotrebe. Kupus ocistiti od spoljašnjih listova, isprati ga pod vodom i vrlo sitno iseckati 1/4 manje glavice.

Cveklu isprati pod vodom i oljuštiti ljuštilicom za krompir. Iseci je na vrlo tanke štapice, ili slicno tome izrendisati u food processor-u ili na trenici. Crni luk oljuštiti i sitno iseckati. Šargarepu oljuštiti i iseckati na kolutice. Celer oljuštiti i iseckati na kockice. Beli luk oljuštiti i sitno izrendisati, ili istisnuti kroz presu. Ocediti pasulj. Papriku oprati, pa polovinu iseci na fine kockice. Mirodiju i peršun isprati pod vodom, posušiti ubrusom i sitno iseckati. U dve šerpe cemo kuvati dve supe, koje cemo na kraju sastaviti. U manju šerpu staviti izrendisanu cveklu, dodati prstohvat soli i kašiku šecera, pa prelitи vodom tek da ogrezne. Dodati koncentrovan paradajz. Poklopiti i kuvati na tihoj vatri oko 40 minuta, ili dok cvekla ne omekša.

U vecoj šerpi na tihoj vatri zagrejati ulje i otopiti puter ako ga koristimo. Dodati iseckan luk, papriku, celer i šargarepu. Dinstati desetak minuta dok se povrce ne opusti. Dodati skuvan pasulj i lovorov list. Dodati isecen kupus i kockice krompira, ako smo ih planirali i pripremili. Dodati 1 litar tople vode ili kombinaciju s bujom, poklopiti šerpu i kuvati oko 40 minuta, ili dok se svi sastojci ne sjedine i omekšaju. Izvaditi lovorov list. Posoliti, pobiberiti, dodati ispasiran beli luk i iseckanu mirodiju i peršun. Rusi kažu da " " :) U nedostatku sveže mirodije upotrebiti sušenu. Pre dodavanja kuvane cvekle u povrtnu supu obavezno dodati sok od limuna ili jabukovo sirce, da corba ne bi poprimila braon boju.

Dodati skuvanu cveklu i promešati corbu. Probatи i proveriti da li je dovoljno zacinjena. Poklopiti šerpu i lagano kuvati zajedno 15 minuta. orba bi trebalo da bude gusta, ali ako je previše gusta dodati malko tople vode. Servirati uz kiselu pavlaku, a u tanjiru je posuti iseckanom mirodijom i peršunom, ili iseckanim perima mladog luka. orbu cuvati u frižideru do 3 dana.

## Savet

Uvena ruska i istočnoevropska orba s cveklom stekla je popularnost širom sveta, a nekoliko zemalja iz pomenutog regiona je smatraju svojim nacionalnim jelom. Sastav orbe se razlikuje od oblasti do oblasti, stoga

postoji nekoliko vrsta borša, pa i vegetarijanska verzija kao u ovom receptu. U osnovi borša se nalazi povre koje je uspevalo na podruju istone Evrope tada kada je orba nastala, a to su luk, cvekla, kupus i šargarepa. Borš ima divnu zagasito crvenu ili purpurnu boju koja dolazi od cvekle, a da bi boja ostala nepromjenjenog izgleda dodaje se kiselina od limuna i paradajza. orba je zdrava i hranljiva, pa bi je trebalo uvrstiti u jelovnik. Bez predrasuda, jer se ukus zemlje, koji mnoge odbija od cvekle, uopšte ne osea.