



Βελουτέ σούπα γλυκοπατάτας

Μερίδες: 5-6 **Χρόνος προετοιμασίας:** 10-15 λεπτά **Χρόνος μαγειρέματος:** 45-50 λεπτά

Φυλάσσουμε τη σούπα καλυμμένη στο ψυγείο για 2 μέρες.

Υλικά:

1 λευκό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
2 φρέσκα κρεμμυδάκια, ψιλοκομμένα
2 μεσαίες γλυκοπατάτες, καθαρισμένες & κομμένες σε μεσαία κομμάτια
2 σκελίδες σκόρδο
1 κ.σ. καπνιστή πάπρικα
½ κ.γλ. καυτερό μπούκοβο (προαιρετικά)
½ κ.γλ. ξερό θυμάρι
240 γρ. λευκά φασόλια, κονσέρβα ή βρασμένα
5 κλωνάρια μαϊντανό, χοντροκομμένα
600-700 ml ζωμός λαχανικών ή νερό, καυτό
4 κ.σ. φυτική παρμεζάνα
ελαιόλαδο
αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για το σερβίρισμα:

παξιμάδια ή κρουτόν
φυτική παρμεζάνα
φρεσκοτριμμένο πιπέρι
ελαιόλαδο

Εκτέλεση

- 1) Βάζουμε σε μεγάλη κατσαρόλα 3 κ.σ. ελαιόλαδο και το φυτικό βούτυρο. Μόλις κάψει ρίχνουμε το ξερό κρεμμύδι και τα φρέσκα κρεμμυδάκια και σοτάρουμε για 6-8 λεπτά. Προσθέτουμε τη γλυκοπατάτα και το σκόρδο και σοτάρουμε για ακόμη 5 λεπτά.
- 2) Ρίχνουμε τα μπαχαρικά και τα φασόλια και σοτάρουμε για 2-3 λεπτά. Περιχύνουμε με τον ζωμό λαχανικών, ρίχνουμε τον μαϊντανό, κλείνουμε το καπάκι



και αφήνουμε να βράσει για 25-30 λεπτά ή μέχρι να μαλακώσουν οι γλυκοπατάτες.

- 3) Αποσύρουμε τη κατσαρόλα από τη φωτιά, προσθέτουμε τη φυτική παρμεζάνα και με ένα ραβδομπλέντερ πολτοποιούμε πολύ καλά μέχρι να έχουμε λεία υφή. Αν η σούπα μας βγει πολύ πηχτή προσθέτουμε λίγο ακόμη ζωμό ή νερό.
- 4) Σερβίρουμε με λίγα σπασμένα παξιμάδια ή κρουτόν, φυτική παρμεζάνα, φρεσκοτριμμένο πιπέρι και λίγο ελαιόλαδο.