

רכיבים:

1 בצל בינוני, קלוף וקצוץ

1 שן שום, כתושה

קורט כמון

1 כף שמן זית כתית מעולה

1 כף ג'ינג'ר, קלוף ומגורר

2 כוסות כרובית טריה, קצוצה

1 פלפל חריף קטן, קצוץ

4 כוסות מים

מלח, פלפל לפי הטעם

אופן ההכנה:

1. מחממים את שמן הזית בסיר הבישול. מוסיפים את הבצל והשום ומטגנים עד לשקיפות.

2. מוסיפים את המים ואת יתרת הרכיבים, מערבבים היטב ומביאים לרתיחה.

3. מנמיכים הלהבה ומבשלים במשך 30 - 40 דקות, עד שהירקות מתרככים.

4. טוחנים בעזרת בלנדר ידני (מוט), עד שמתקבל מרק בעל מרקם אחיד.