MADAME GiNGER®

Βελούδινη σούπα φάβας

Μερίδες: 4 **Προετοιμασία**: 10 λεπτά **Μαγείρεμα**: 45–55 λεπτά

Υλικά

- 300 γρ. φάβα ξερή
- 1 μεγάλο ξερό κρεμμύδι, χοντροκομμένο
- 1 μεγάλο καρότο, κομμένο σε κομμάτια
- 2 σκελίδες σκόρδο ολόκληρες
- ½ κ.γλ. κύμινο
- 1 κ.γλ. γλυκιά πάπρικα
- 1 φύλλο δάφνης
- 1,3 λίτρα ζεστό νερό ή ζωμό λαχανικών
- 1 φύλλο δάφνης
- χυμό από 1 λεμόνι
- 3 κ.σ. ελαιόλαδο
- αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Εκτέλεση

1) Ξεπλένουμε καλά τη φάβα κάτω από τρεχούμενο νερό και τη στραγγίζουμε.
2) Ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο σε μια μεγάλη κατσαρόλα σε μέτρια φωτιά. Προσθέτουμε το κρεμμύδι και το καρότο και σοτάρουμε για 8-10 λεπτά, μέχρι να μαλακώσουν. Προσθέτουμε το σκόρδο, το κύμινο και την πάπρικα και σοτάρουμε για 1 λεπτό ακόμα.
3) Ρίχνουμε τη φάβα, το ζεστό νερό ή τον ζωμό και τη δάφνη. Αφήνουμε να πάρει βράση, χαμηλώνουμε τη φωτιά και αφαιρούμε τον αφρό που σχηματίζεται στην επιφάνεια.
4) Σιγοβράζουμε με μισοσκεπασμένη κατσαρόλα για 40–50 λεπτά, ανακατεύοντας ανά διαστήματα, μέχρι η φάβα να μαλακώσει εντελώς και να αρχίσει να διαλύεται. Αν χρειαστεί, προσθέτουμε λίγο επιπλέον ζεστό νερό.
5) Αφαιρούμε τη δάφνη και πολτοποιούμε τη σούπα με ραβδομπλέντερ μέχρι να αποκτήσει λεία, βελούδινη υφή.
6) Προσθέτουμε τον χυμό λεμονιού, αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι και ανακατεύουμε. Αν η σούπα είναι πολύ πηχτή, προσθέτουμε λίγο ζεστό νερό μέχρι να αποκτήσει την επιθυμητή πυκνότητα.
7) Σερβίρουμε τη σούπα ζεστή.