

Black Bean Soup with Toasted Cumin Crema & Three Relishes (Sopa de frijoles negros con crema de comino tostado y tres condimentos)



INGREDIENTES

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 zanahoria mediana, pelada y picada en trozos grandes.
- 1 cebolla mediana, picada gruesa
- 3 dientes de ajo, picados en trozos grandes
- 1 taza de vino tinto
- 3 tazas de frijoles negros, remojados, enjuagados, escurridos
- 3 jalapeños asados, pelados y sin semillas
- 1 chile poblano, asado, pelado y sin semillas
- 4 tazas de agua
- 2 cucharadas de jugo fresco de lima
- Sal y pimienta recién molida

El condimento Tomato-Serrano

- 2 tomates, sin semillas y finamente picados
- 1 pimiento serrano, finamente picado
- Sal y pimienta recién molida

El condimento de cebolla a la parrilla

- 1 cebolla roja, pelada y cortada en rodajas de 1/2 pulgada de grosor
- 2 cucharadas de aceite de oliva

El condimento Avocado-Tomatillo

- 2 aguacates Haas, pelados, sin semillas y picados en trozos grandes.
- 2 Tomatillo, fregado y cortado en trozos grandes.
- 2 cucharadas de cebollas rojas, finamente picadas
- 1 jalapeño pequeño, finamente picado
- 2 cucharadas de jugo fresco de lima
- Sal y pimienta recién molida

Crema de comino tostado

- 1 cucharada de comino
- 8 onzas de crema o crema agria
- 1 cucharada de jugo fresco de lima
- Sal y pimienta recién molida

INSTRUCCIONES

- Calienta el aceite de oliva en una cacerola mediana a fuego medio. Sudar las zanahorias, la cebolla y el ajo durante 5 minutos, o hasta que estén translúcidos. Añade el vino, ponlo a hervir y cocina hasta que se reduzca.

- Añade los frijoles y reduce el fuego a medio. Añade los jalapeños, el poblano y el agua y cocina a fuego lento de 1 a 1-1/2 horas, o hasta que los frijoles estén bien cocidos. Retire del fuego y agregue el jugo de limón, y sal y pimienta al gusto. Retira la mitad de la mezcla y haz un puré en un procesador de alimentos, luego devuélvelo a la olla y revuélvelo bien.

Condimento de Tomate-Serrano

- Combinar en un bowl y sazonar con sal y pimienta a gusto.

El condimento de cebolla a la parrilla

- Calienta una parrilla o una sartén a fuego alto. Cepille las rodajas de cebolla con aceite de oliva y áselas por ambos lados durante 3 o 4 minutos o hasta que estén ligeramente carbonizadas y cocinadas. Retire y pique finamente.

El condimento de aguacate y tomate

- Combinar suavemente en un bowl y sazonar con sal y pimienta a gusto.

Crema de comino tostado

- Coloca una pequeña sartén a fuego medio-alto y calienta hasta que casi eche humo. Añade las semillas de comino y tuéstalas durante 1 o 2 minutos. Coloca las semillas en un molinillo de café y muele hasta que se conviertan en polvo.
- Coloca la crema en un bowl pequeño, añade el comino molido y el jugo de limón y sazona con sal y pimienta a gusto.

Para servir:

- Cargar la sopa en tazones individuales. Rocíe con la crema de comino tostado y ponga una cucharada de cada uno de los condimentos. Servir inmediatamente.