

# Winter Borscht

*By Gail Simmons, Serves 6-8*

## Ingredients

- 2 tablespoons extra-virgin olive oil, plus more for drizzling
- 1 medium yellow onion, thinly sliced
- Kosher salt
- 4 garlic cloves, thinly sliced
- 2 tablespoons tomato paste
- 2 dried bay leaves
- 1 teaspoon paprika
- 1 teaspoon caraway seeds
- 2 medium beets, scrubbed (not peeled) and trimmed, then shredded using a food processor or quartered and thinly sliced crosswise
- 1 large carrot (not peeled), thinly sliced into rounds
- 1 quart low-sodium vegetable broth or water
- 1/2 small red cabbage, cored and shredded (about 4 cups)
- 1 Granny Smith apple, peeled, cored, and cut into 1/4-inch cubes
- 1 medium, sweet potato (not peeled), cut into 1/4-inch cubes
- 1/4 cup apple cider vinegar
- Coarsely ground black pepper
- Chopped fresh dill for serving, optional
- Sour cream for serving, optional

## Directions

1. In a 6- to 8-quart Dutch oven or wide, heavy saucepan with lid, heat the oil over medium-high heat.
2. Add the onion and 1 teaspoon salt and reduce the heat to medium. Cook, stirring occasionally, until the onions begin to soften, about 5 minutes. Add the garlic and cook 2 minutes more.
3. Stir in the tomato paste, bay leaves, paprika, and caraway seeds to coat, then stir in the beets, celery root, and carrot.
4. Add the broth/water plus 4 more cups water, bring to a boil, then reduce to a simmer and cook for 15 minutes.
5. Stir in the cabbage, apple, and sweet potato, return to a simmer, and continue cooking until the cabbage, apple, and sweet potato are just tender, about 5 minutes more.
6. Stir in the vinegar and cook just to blend the flavors, 3 minutes.
7. Remove and discard the bay leaves. Adjust the seasoning to taste. Serve hot, topped with pepper, and add sour cream and dill if desired

## Nutrition Quick-Fact

**Cabbage contains vitamin C, which is good for fighting colds and healing cuts.**

*Adapted from "Bringing It Home: Favorite Recipes from a Life of Adventurous Eating" by Gail Simmons. Copyright © 2017 by GMS Media, Inc. Reprinted with permission from Grand Central Life & Style. All rights reserved.*

Find recipes, cooking tips, and videos at [cityharvest.org/cook](http://cityharvest.org/cook).

# Borsch de invierno

Receta de Gail Simmons; rinde de 6 a 8 porciones

## Ingredientes

- 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra, más un poco más para rociar
- 1 cebolla amarilla mediana, cortada en rodajas finas
- Sal kosher
- 4 dientes de ajo cortado en rodajas finas
- 2 cucharadas de pasta de tomate
- 2 hojas de laurel secas
- 1 cucharadita de pimentón
- 1 cucharadita de semillas de alcaravea
- 2 remolachas medianas, lavadas (sin pelar) y recortadas; luego ralladas con un procesador de alimentos o cortadas en cuartos y en rodajas finas transversalmente
- 1 zanahoria grande (sin pelar), cortada en rodajas finas
- 1 cuarto de galón de caldo de vegetales con bajo contenido de sodio o agua
- 1/2 repollo morado pequeño, sin corazón y rallado (aproximadamente 4 tazas)
- 1 manzana Granny Smith, pelada, sin corazón y cortada en cubos de 1/4 de pulgada
- 1 batata mediana (sin pelar), cortada en cubos de 1/4 de pulgada
- 1/4 taza de vinagre de sidra de manzana
- Pimienta negra molida gruesa
- Eneldo fresco picado para servir, opcional
- Crema agria para servir, opcional

## Preparación

1. En una olla holandesa de 6 a 8 cuartos de galón o en una cacerola ancha y pesada con tapa, caliente el aceite a fuego medio-alto.
2. Agregue la cebolla y 1 cucharadita de sal y baje el fuego a medio. Cocine, revolviendo ocasionalmente, hasta que las cebollas comiencen a ablandarse, aproximadamente 5 minutos. Agregue el ajo y cocine 2 minutos más.
3. Incorpore la pasta de tomate, las hojas de laurel, el pimentón y las semillas de alcaravea hasta cubrir, luego agregue la remolacha, la raíz de apio y la zanahoria.
4. Agregue el caldo/agua más 4 tazas más de agua y deje hervir; luego reduzca a fuego lento y cocine durante 15 minutos.
5. Incorpore el repollo, la manzana y la batata, vuelva a hervir a fuego lento y continúe cocinando hasta que el repollo, la manzana y la batata estén tiernos, aproximadamente 5 minutos más.
6. Incorpore el vinagre y cocine durante 3 minutos para combinar los sabores.
7. Retire y deseche las hojas de laurel. Ajuste el condimento a gusto. Sirva caliente, espolvoreado con pimienta y agregue crema agria y eneldo si lo desea.

### **Dato breve sobre nutrición**

**El repollo contiene vitamina C, que es buena para combatir los resfriados y curar cortes.**

*Adaptada de "Bringing It Home: Favorite Recipes from a Life of Adventurous Eating" (Cocina en casa: las recetas favoritas de una vida de comida aventurera), de Gail Simmons. Copyright © 2017 de GMS Media, Inc. Reimpreso con permiso de Grand Central Life & Style. Todos los derechos reservados.*

Encuentre recetas, consejos de cocina y videos en [cityharvest.org/cook](http://cityharvest.org/cook).