

Zupa jarzynowa

Przepis dodany przez użytkownika avril

Pyszna i zdrowa zupa.

Ilość porcji: 3-4

Stopień trudności: bardzo łatwe

Kaloryczność: 72 kCal

Potrzebne składniki:

- 10 dag fasolki szparagowej -
- 10 dag zielonego groszku -
- 10 dag marchwi -
- 10 dag selera -
- 5 dag pora -
- 2 łyżki natki pietruszki -
- 2 łyżki koperku -
- szklanka mleka -

Etapy przyrządzenia:

- 1.** Warzywa umyć, oczyścić, opłukać. Zetrzeć je na tarce z dużymi otworami, a następnie włożyć do wrzącej osolonej wody i gotować pod przykryciem.
- 2.** Groszek umyć i dodać do gotujących się warzyw.
- 3.** Fasolkę umyć i oczyścić z włókien, pokroić na kawałki o długości ok. 2 cm i dodać do gotującej się zupy.
- 4.** Warzywa gotować do momentu, aż staną się miękkie. Następnie odstawić, dolać do zupy gorące przegotowane mleko i posiekaną zieleninę. Przyprawić do smaku solą i od razu podawać.