

Zupa z cukinii

Przepis dodany przez użytkownika trini6



zupa

Czas przygotowania: 30 minut
Ilość porcji: 5-6
Stopień trudności: bardzo łatwe
Kaloryczność: 150 kCal

Potrzebne składniki:

- ziemniaki - 3 szt.
- cukinia - 1 szt.
- pomidory - 4 szt.
- marchew - 1 szt.
- bulion w kostce -
- czosnek - 2 ząbki
- sól -

Etapy przyrządzania:

- 1.** Ziemniaki i marchew obrać, pokroić w kostkę. Zalać ok 1,5 l zimnej wody ugotować na półmiękkko. Cukinię obrać, pokroić w kostkę, pomidory umyć, sparzyć, zdjąć skórkę, pokroić na kawałki. Cukinię i pomidory przesmażyć na oleju, dodać do wywaru wraz z posiekanym czosnkiem i bulionem. Całość gotować, aż warzywa będą miękkie, zmiksować, przyprawić do smaku solą