

Zupa jarzynowa



PIOGE7



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

kurczaki (grzbiety)	2 sztuki
kalafior mały	1 sztuka
marchewka	1 sztuka
pietruszka	1 sztuka
por (biała część)	1/3 sztuki
seler	1/3 sztuki
fasolka szparagowa	15 dag
ziemniaki	3 sztuki
sól, pieprz	wg uznania
koperek	1/2 pęczka

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Grzbiety kurczaka zalać wodą i gotować aż mięso będzie miękkie. Seler, marchewkę, pietruszkę oczyścić i zetrzeć na tarce. Kalafior podzielić na mniejsze kawałki. Pokroić fasolkę. Z wywaru wyciągnąć grzbiety kurczaka. Włożyć do tego wrzątku jarzyny i gotować. Po kilku minutach dodać pokrojone na małe części ziemniaki. Gdy jarzyny będą już miękkie dodać obrane z kości mięso. Doprawić do smaku. Posypać pokrojonym koperkiem.
Idealna zupa na obiad. Dużo witamin :)