

Zupa jarzynowa z sałatą



SMACZNAPYZA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

ziemniaki	3
marchewka	1
szkl. pokrojonego w kostkę mięszu dyni	0,5
cm pora	8
szkl. pokrojonych w kostkę łodyg brokuła	1
liści sałaty karbowanej	4-5
łyżki masła	2
łyżeczki kurkumy	1/4
łyżki posiekanego cienkiego szczypiorku	3-4
Ziele angielskie całe Prymat	3 ziarenka
Pieprz czarny mielony Prymat	do smaku:
sól	do smaku:

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ziemniaki i marchew obieramy, kroimy w dużą kostkę. Pora dokładnie oczyszczamy, płuczemy, kroimy w półplasterki. Sałatę płuczemy, odrywamy kawałki ok. 2-3 cm od brzegów karbowanych liści, resztę kroimy w paseczki. W garnku roztapiamy masło, dodajemy pora, ziemniaki i marchew, smażymy 2-3 min., zalewamy ok. 3-4 szkl. wody, dodajemy liść laurowy, ziele angielskie i gotujemy aż ziemniaki będą prawie miękkie. Następnie dodajemy dynię, brokuły, kurkumę i lubczyk. Gotujemy jeszcze jakieś 5 min. aż brokuły zmiękną, ale nie rozgotują się. Doprawiamy zupe solą i pieprzem (pieprzu dość dużo), zdejmujemy z ognia i odstawiamy na ok. 10 min. Przed podaniem dodajemy posiekaną sałatę, mieszamy. Podajemy przybierając karbowanymi, oderwanymi wcześniej kawałkami liści i posiekanym szczypiorkiem. Można do zupy dodać nieco gęstej śmietany, ale nie jest to konieczne.