

Jarzynówka na szybko



SMACZNAPYZA



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



IŁOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

ziemniaki	2
garści włoszczyzny pokrojonej w paski/słupki (świeża lub mrożona)	2
garści mrożonego groszku zielonego, fasolki szparagowej zielonej i żółtej	po 1-2
łyżka masła	1
koperek	do posypania:
Liść lubczyku suszony Prymat	1 łyżeczka
kalafior	kilka różyczek
brokuły	kilka różyczek
Pieprz biały mielony Prymat	do smaku:
Gałka muskatołowa mielona Prymat	do smaku:
sól	do smaku:
cukier	do smaku:

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ziemniaki myjemy, obieramy i kroimy w niedużą kostkę. Warzyw mrożonych nie rozmrażamy, ale fasolkę łamiemy na mniejsze kawałki. W garnku roztopiamy masło, dodajemy ziemniaki i włoszczyznę w paskach, podsmażamy chwilę i zalewamy 2 szkl. wody. Gotujemy 5 min.. Następnie dodajemy kalafiora, groszek i fasolki, gotujemy 2-3 min., dodajemy brokuła i lubczyk, gotujemy kolejne 2-3 min.- jeśli zupa jest za gęsta dolewamy troszkę wody. Po tym czasie warzywa powinny być ugotowane, ale nie rozgotowane. Zupę zdejmujemy z ognia, doprawiamy solą, cukrem, pieprzem i odrobiną startej gałki muskatołowej. Jogurt hartujemy niewielką ilością gorącej zupy i wlewamy do garnka. Podajemy posypaną koperkiem i ...już!