

## Zupa chińska. - niskokaloryczna



### IZABELA/BELLA81



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>piersi z kurczaka</b>	1 szt.
<b>kebab gyros Prymat</b>	
<b>Przyprawa do zup i potraw Kucharek</b>	
<b>Kucharek przyprawa do potraw</b>	
<b>pieprz</b>	
<b>mieszanka chińska</b>	1 paczka
<b>oliwa</b>	
<b>kostka warzywna Kucharek</b>	
<b>woda</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

#### Kroki postępowania

- KROK 1 Na odrobinie oliwy z oliwek (dosłownie na kropelce) podsmażyć mięso pokrojone w kostkę. Przyprawić kebab-gyros.
- KROK 2 Gdy mięso się podsmaży dodać mieszankę chińską(marchew, cebula, kielki fasoli mung, pędy bambusa, papryka melanż, por, grzyby chińskie) i dusić pod przykryciem.
- KROK 3 Zalać wodą, dać kostkę warzywną, przyprawić do smaku kucharkiem, pieprzem, odrobiną chilli i magii. Gotować jeszcze z 10 minut.
- KROK 4 Smacznego :)