

Zupa jarzynowa z kalafiolem i fasolką szparagową



MUFINKA79



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

marchewka	3-4 szt.
pietruszka	1-2 szt.
seler	1 mała szt.
ziemniaki	6-8 szt.
kalafior	1/2 małej szt.
fasolka szparagowa	1 duża garść
koper świeży	1/2 pęczka
seler nać	1 gałązka
śmietana	3/4 szkl.
mąka pszenna	1 łyżka
ziele angielskie	3-4 szt.
Pieprz czarny ziarnisty Prymat	4-5 szt.
Liść laurowy suszony Prymat	1 szt.
Sól morska jodowana drobnoziarnista Prymat	do smaku
Pieprz czarny Prymat w młynku	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Młode jarzyny (marchewkę, pietruszkę i seler) skrobiemy i myjemy, kroimy w kostkę.

Do garnka wrzucamy marchewkę, pietruszkę i seler (korzeń i nać), dodajemy listek laurowy, ziele angielskie i pieprz ziarnisty, dolewamy około 1,5-2 l wody (lub rosółu drobiowego) i zagotowujemy.

Zmniejszamy ogień i gotujemy aż jarzyny staną się miękkie.

Kalafiora dzielimy na małe różyczki, fasolkę kroimy na 2 cm kawałki, ziemniaki kroimy w kostkę i dodajemy do gotujących się jarzyn.

Gotujemy około 10-12 minut.

Z zupy wyjmujemy nać selera.

Do śmietany dodajemy mąkę i dokładnie mieszamy, aby nie powstały grudki, zahartowujemy śmietanę, dolewając gorącego wywaru, mieszamy i wlewamy do zupy.

Zagotowujemy i wyłączamy.

Zupę doprawiamy do smaku solą i pieprzem, dodajemy posiekany koperek i odstawiamy na 2-3 minuty.

Smacznego!