

zupa-krem z pomidorów



IZA17



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
1 - 2

SKŁADNIKI

pomidory krojone z puszki	1 puszka
czosnek marynowany	1 słoiczek
pestki dyni	do smaku

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

W woku na odrobinie oliwy z oliwek zeszklić cebulę pokrojoną w średnią kostkę.
Po 3-4 minutach dodać czosnek w całości po ok. 2 minutach dodać pomidory bez skórki. Musi się chwilę pogotować. Zdejmujemy z ognia i miksujemy na krem./ ja przelewam do wysokiego naczynia / po zmiksowaniu stawiamy wok na małym ogniu i dodajemy do zupy świeże zioła ja dodaje posiekaną bazylię i pietruszkę i pieprzę do smaku. Nie solę tej zupy ale jeżeli macie ochotę to proszę bardzo. Nalewam do miseczek robię małego kleksa ze śmietany posypuje serem żółtym i pestkami dyni. Całość zajmuje mi góra 15 minut. Najszybsza zupa po przyjeździe z pracy. smacznego