

ZUPA KREM Z ZIELONEGO GROSZKU Z NUTĄ CHRZANU

Przygotowanie:
Groszek wraz z marchewką ugotować w niewielkiej ilości wody. Następnie dodać cebulę i całość zmiksować na gładki krem. Gotować jeszcze 5 min., aby cebula straciła ostry posmak. Przed podaniem dodać odrobinę startego na tarce chrzanu i uprażone na suchej patelni pestki dyni.

Składniki:
Zielony groszek (może być mrożony) - 1 szklanka
Cebula - 1 szt.
Marchewka - ½ szt.
Chrzan (najlepiej świeży, ale może też być ze słoiczka)
Pestki słonecznika
Woda

AUTOR: EWA CEBORSKA-SCHEITERBAUER

Fit & Easy
polubisz za wartość

Pobrano z serwisu: fitandeasy.pl