



ZUPA KREM Z MARCHEWKI

Na patelni rozgrzej olej, podsmaż pokrojoną w kostkę cebulę aż się zezłoci. W garnku umieść marchewkę Fit&Easy i zalej ją bulionem, dorzuć przesmażoną cebulkę. Gotuj wszystko około 10 minut od chwili zagotowania bulionu – warzywa powinny już zmięknąć. Zmiksuj ugotowaną zupę do otrzymania preferowanej gładkości. Dopraw solą, mielonym pieprzem, ostrą papryką mieloną, można zetrzeć trochę gałki muszkatołowej. Wymieszaj i zagotuj. Gotowa zupa najlepiej smakuje z prażonymi pestkami dyni.

Składniki:

Fit&Easy marchewka 250g
1 mała cebula pokrojona w kostkę
350 ml bulionu warzywnego
sól, pieprz, ostra papryka mielona
olej do przesmażenia cebuli