

Zdrowa zupa przedszkolaka

Składniki :

1 marchewka
5 średnich ziemniaków
1 mały kalafior
1 mała pietruszka
3 łyżki zielonego groszku
pół małego selera
koper
nać pietruszki
sól pieprz
3 łyżki śmietanki 30 %



Wykonanie:

Umyć dokładnie warzywa.

Marchew, ziemniaki, kalafior, seler, pietruszkę osuszyć i pokroić w kostkę. Dodać groszek.

Warzywa włożyć do garnka zalać 2 litra bulionu.

Gotować na wolnym ogniu ok 15 minut.

Doprawić solą, pieprzem oraz podbijamy śmietanką.

Pod koniec gotowania dodać posiekany drobno koper oraz nać pietruszki - ilość według uznania.

Cenna Rada:

Aby zupa była pyszna i zdrowa przygotowujemy ją z całą rodziną.

Wlewamy do niej dużo miłości i radości.

Smacznego !!!!

