




## Barszcz czerwony z ciecierzycą, kiszoną rzodkiewką i suszonym jabłkiem - zupa

 Dorota Rozbicka

Polecane na: [zupa](#)

Kuchnia (region): [arabska](#), [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 30 min

 łatwy

 1 porcja

### Składniki:

barszcz czerwony lub zakwas i  
wywar warzywny - 1 litr  
ciecierzyca sucha - 150 g  
sól - - do smaku

kiszzone rzodkiewki - 10 szt.  
suszone jabłka plastry - chipsy - 12  
szt.  
kiełki lucerny - 1 garść

### Dodatkowe info:

Idealna zupa na wigilie np: na wigilię.

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Ciecierzycę dzień wcześniej moczymy, gotujemy do miękkości.

**KROK 2:** Następnie kiszone rzodkiewki kroimy w plasterki.

**KROK 3:** Gorący barszcz czerwony podajemy z ciecierzycą, plasterkami kiszzonej rzodkiewki, chipsami z suszonego jabłka i kiełkami.