





Krem z brokuła

 Mariola


Polecane na: [zupa](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 łatwy

 4 porcje

Składniki:

wywar z warzyw lub rosół - 1 litr
brokuł - 1 szt.
ziemniaki - 4 szt.
mleczko kokosowe - 200 ml
kardamon - szczypta

pieprz biały (lub inny) - do smaku
słonecznik (świeżo łuskany) -
trochę
krakersy z ryżu brązowego - kilka
sól różowa - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Do wrzącego wywaru wrzucam ziemniaki obrane i pokrojone w kostkę. Gotuję 15 minut, następnie wrzucam różyczki brokuła i gotuję 5 - 6 minut. Wszystko miksuję. Uwaga aby się nie poparzyć! Do zmiksowanej zupy dodaję mleczko kokosowe, mieszam, przyprawiam i krótko miksuję. Do miseczek wlewam zupę krem posypuję pokruszonymi krakersami i świeżo wyłuskany słonecznikiem.

Będzie smacznie!!