




Zupa grzybowa z pulpetami i makaronem gryczanym

 Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: [zupa](#)

Warto wiedzieć:

 20 min

 2 porcje

Składniki:

mięso mielone wołowe / indyk - 200 g	marchew - 2 szt.
czosnek granulowany - 1/2 łyżeczka	por (zielona część) liść - 1 szt.
sezam - 1 łyżka	imbir - 2 cm
sól i pieprz - - do smaku	kapusta Pak Choi / pekińska - 1 szt.
grzyby brunatne pieczarki - 100 g	olej sezamowy - - do smaku
miso - 3 łyżka	makaron spaghetti gryczany - 100 g

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zupę przygotowałam w głębokiej patelni. Do mięsa dodałam sól, pieprz suszony czosnek i sezam. Wymieszałam i uformowałam pulpeciki. Na gorącej patelni zarumieniłam je bez tłuszczu. Następnie dodałam pokrojoną marchew, imbir pokrojony w zapałki i grzyby - pieczarki. Podsmażyłam całość. Potem wlałam około 1 litra wody i dodałam pociętego pora. Gotowałam 5 minut. Po pięciu minutach dodałam kapustę pak choi (zamiast pak choi można dodać posiekaną kapustę pekińską około 1 garści) oraz miso i sos sojowy, gotowałam jeszcze 5 minut. W międzyczasie ugotowałam makaron według przepisu na opakowaniu. Odcedzony makaron włożyłam do miski i wlałam

zupę, a na wierzch polałam olej sezamowy.