




Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną

 dorotaR


Polecane na: [jednogarnkowe](#), [zupa](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 40 min

 łatwy

 1 porcja

Składniki:

ziemniak - 2 szt.

seler - kawałek

marchew - 2 szt.

pietruszka - 1/2 szt.

kasza jaglana - 1/2 szklanka

pomidor - 3 szt.

liść laurowy - 1 szt.

ziele angielskie - 1 szt.

sól - do smaku

pieprz (opcjonalnie) - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Ziemniaki, marchewkę, pietruszkę, seler obieramy, myjemy i kroimy w kostkę. Zalewamy wodą, dodajemy kaszę jaglaną (przeplukaną we wrzątku trzy razy) liść laurowy, sól, ziele angielskie i opcjonalnie pieprz. Gotujemy. Pomidory obieramy ze skórki, siekamy i dodajemy do zupy. Gotujemy ok 20 min aż warzywa będą miękkie. Doprawiamy do smaku, wyciągamy liść laurowy i ziele angielskie. Zupę możemy zmiksować dla młodszego dziecka. Podajemy posypaną koperkiem, natką pietruszki lub listkami czerwonej bazylii.