




## Zupa krem buraczkowa (zero waste)

 Nikita

Polecane na: [zupa](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

### Warto wiedzieć:

 30 min

 5 porcji

### Składniki:

buraczki gotowane (lub pieczone)  
w całości - 600 g  
marchewka gotowana - 80 g  
seler gotowany - 80 g  
pietruszkę gotowaną - 50 g  
ziemniaki gotowane - 200 g  
jabłko małe - 1 szt.

chrzan tarty - 1 łyżka  
bulionetka warzywna - 1 łyżka  
woda - 1 litr  
sok z cytryny lub ocet śliwkowy -  
1-2 łyżka  
sól i pieprz - - do smaku

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Moje warzywa były ugotowane w łupinach na świąteczne sałatki i sporo ich zostało. Spontanicznie powstała z nich zupa krem, taka zero waste. Można ją zrobić z warzyw gotowanych lub upieczonych, najlepiej w łupinach, wtedy mają lepszy smak i zachowują więcej składników. Ugotowane warzywa należy obrać i pokroić na mniejsze kawałki, włożyć do garnka.

**KROK 2:** Do garnka dolać wodę, bulionetkę warzywną, pokrojone jabłko i doprowadzić do wrzenia. Dodać sok z cytryny (lub ocet), gotować około 15 minut, dodać chrzan i doprawić solą i pieprzem. Gotować jeszcze 2-3 minuty, następnie zupę zmiksować na gładki krem. Podawać z kleksem śmietany lub jogurtu.