





Zupa krem z kabaczką i jarmużem

 Renixx

Polecane na: [zupa](#)

Kuchnia (region): [polska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 3 porcje

Składniki:

kabaczek około 1 kg - 1 szt.

ziemniak - 1-2 szt.

cebula - 1 szt.

czosnek - 2 ząbek

jarmuż świeży - 1 garść

bulion warzywny - 1 litr

masło - 2 łyżka

sól, pieprz - - do smaku

dodatkowo: -

śmietanka, pestki dyni, posiekany szczypiorek, grzanki czosnkowe - - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Jarmuż dokładnie umyć, usunąć twarde łodygi. Ziemniaki i kabaczek obrać, z kabaczka usunąć miąższ z nasionami, pokroić w kostkę. W garnku rozgrzać masło, zeszklić posiekaną cebulę i czosnek, dodać kabaczek z ziemniakami, smażyć przez kilka minut.

KROK 2: Następnie wlać bulion i gotować do miękkości około 15 minut. Dodać liście jarmużu i gotować kolejne 5-7 minut. Całość zblendować na gładki krem, doprawić do smaku solą i pieprzem. Podawać z odrobiną śmietanki, pestkami dyni i posiekanym szczypiorkiem. Pysznie smakuje z dodatkiem czosnkowych grzanek.