




Zupa ziemniaczana z brukselką (krem)

 Nikita

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

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 40 min

 3 porcje

Składniki:

ziemniaki - 300 g	woda - 700-750 ml
brukselka - 250 g	śmietana 18% - 2 łyżka
cebula - 1 szt.	sól - 1/2 łyżeczka
czosnek - 1 ząbek	pieprz - 1/4 łyżeczka
oliwa - 1 łyżeczka	papryka słodka - 1/4 łyżeczka
bulionetka warzywa - 1 łyżeczka	gałka muskatołowa - - szczypta

Dodatkowe info:

Podawać z krakersami: <https://gotujwstylueko.pl/przepisy/pistacjowo-migdalowe-krakersy-keto>

Sposób przygotowania:

KROK 1: Cebulę i czosnek posiekać, przełożyć do garnka, wlać oliwę i lekko zeszklić. Dodać brukselkę przekrojoną na pół i pokrojone w grubą kostkę ziemniaki. Dolać wodę i bulionetkę warzywną, doprowadzić do wrzenia, zmniejszyć ogień i gotować jeszcze 18-20 minut. Dodać śmietanę, doprawić do smaku solą, pieprzem, papryką i gałką muskatołową, gotować jeszcze 2 minuty. Zupę zmiksować na krem.

KROK 2: Nalewać do misek i podawać.