



Ciorbă de legume

Difficulty medium

Preparation time 30 min

Total time 1h

Serving size 16 bucăți

Ingredients

- 70 g țelină
- 90 g ceapă
- 40 g păstârnac
- 65 g morcovi
- 50 g ardei roșu
- 30 g ulei foarea soarelui
- 1l apă caldă
- 200 g cartofi
- 200 g dovlecel
- 150 g roșii
- 500 g borș
- Părtunjel verde
- Leuștean

Nutrition per 1 bucată

Calories 392 kJ / 94 kcal

Protein 4 g

Carbohydrates 3 g

Fat 7 g

Fibre 0.2 g

Preparation

1. Puneți în bol pătrunjelul și leușteanul și tocați **3 sec./viteza 7**, Curățați pereții bolului cu spatula. Și puneți deoparte
2. Puneți în bol ceapa, șelina, păstărnacul, morcovul și ardeiul tocați **5s./viteza 5**
3. Adăugați uleiul și înabușiți **5 min/100 grade/ viteza1**
4. Adaugati apa calda in bol si fierbeti **10min/100 grd./ lingura**
5. Adaugati cartofi si dovlecei taiati cuburi si fierbeti **15min/100grd/viteza lingura**
6. Adaugati 150 g rosii tatiata cuburi fierbeti **7 min/100 grd/viteza lingura**
7. Adaugati borsul fierbinte si fierbeti **5 min /100 grd/ viteza lingura**
8. Adaugati verdeturile si serviti