

---

# Zupa z kefiru - szybko, tanio, smacznie

Dodano: 2004-10-29 23:23:07

Język: niezdefiniowany

Odwiedzono: 2742 razy.

1/2l wody  
1 kostka rosółowa  
2-3 ziarna ziela angielskiego  
2 liście laurowe, 1/2 łyżeczki kminku  
1-2 łyżki posiekanego zielonego kopru  
2 duże kefiry  
3-4 łyżki śmietany, 1 łyżka mąki, 1 żółtko

Kostkę rosółową wraz z zieleń angielskim, listkami laurowymi i kminkiem gotować ok. 15 min. Następnie wsypać posiekany koper. Po ok 5 min. wlać kefir doprowadzić do zagotowania. Śmietanę, mąkę i żółtko dobrze wymieszać i wlać do zupy ciągle mieszając. Po zagotowaniu zupka jest gotowa. Podawać najlepiej z gotowanymi ziemniakami (w całości lub krojonymi w kostkę), ewentualnie z jajkami gotowanymi na twardo. Życzę smacznego !!! Warto spróbować !

Nadesłał: marcomp <marcomp1@wp.pl>