

---

# Groszek - zielony i cukrowy

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 2069 razy.

## GROSZEK CUKROWY

Często uważany za niedojrzały, zwykły groszek /bez "kuleczek" w strąku/. Jest jednak wspaniałym dodatkiem do wieprzowiny i drobiu, a także dekoracyjną częścią wszystkich bukietów jarzyn /po wcześniejszym obgotowaniu/.

## ZIELONY GROSZEK

Choć najczęściej kupujemy ten konserwowy z puszki, wykorzystajmy sezon i powróćmy do świeżego. Przygotujmy tradycyjną, polską jarzynkę: duszony groszek razem z marchwią /posolony i posłodzony/ lub pyszną zupę-krem.

## ZIELONY GROSZEK I CUKROWY

Groszek jest bardzo zdrowy. Zawiera takie witaminy jak: B6, C, E. Ale uwaga: 100 g groszku zawiera 98 kcal.