



całość (4 porcje) 172 kcal  
1 porcja 43 kcal

## Świąteczna zupa grzybowa

### Składniki:

100 g suszonych borowików  
1 l wody  
2 łyżki włośczonej suszonej  
1 sztuka marchwi  
1 sztuka pietruszki (korzeń)  
60 g selera korzeniowego (plaster)  
½ łyżeczki soli  
½ łyżeczki czarnego pieprzu

### Sposób przygotowania:

Grzyby namoczyć w litrze wody przez godzinę. Odcedzić. Do wody z moczenia grzybów dodać włośczone, warzywa i przyprawić. W razie potrzeby dolać wody i gotować 20 minut. Po ugotowaniu grzyby pokroić w paseczki, dodać do zupy.



POTRAWA  
BEZ JAJEK



POTRAWA  
BEZGLUTENOWA



POTRAWA  
BEZMLECZNA



POTRAWA  
WEGETARIANSKA



POTRAWA  
WEGAŃSKA



POTRAWA  
BEZ TŁUSZCZY TRANS



POTRAWA  
BEZ CUKRU



POTRAWA  
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA  
BEZ KUKURDYZY



POTRAWA  
BEZ SOI