



Tavaszcvaró: Gazdag zöldségleves

2011 március 16. Flag

Szöveg méret

Mentés

-
-
-

- [0](#)

Még nincs értékelve

Mérték

A hosszú tél után másra sem vágyik az ember, mint a friss zöldségekre. Ez a leves nemcsak tavaszra hangol, de szemgyönyörködtetően színpompás látványt is nyújt a tányérban!

Hozzávalók

1 kis fej lilahagyma
2-3 gerezd fokhagyma
nagyjából 5 cm póréhagyma
murok, zeller, paradicsom, brokkoli, cukkini, krumplice, kukorica
alaplé
só, bors, bazsalikom, babérlevél, petrezselyemzöld
1/2 ek olívaolaj
1/2 ek vaj



A zöldségek tetsz?leges mennyiség?ek, mértékegység nagyjából a maréknyi. Az összes zöldséges megmossuk, a hagymát és fokhagymát egészen apróra vágjuk, a póréhagymát felkarikázzuk. A murkot szintén karikázzuk, a zellert és krumplice kockára vágjuk. A kukoricát, ha konzerv, hideg vízzel átöblítjük és alaposan lecsepegtetjük. A paradicsom, cukkini és brokkoli még nyárról való, használatra készen fagyaszta, azaz a paradicsom és cukkini kockázva, a brokkoli rózsáira szedve került a mélyh?t?be.

Az olívaolajat és margarint felmelegítjük, rátesszük a hagymákat és a fokhagymát, aranyszín?re üvegesítjük, majd felöntjük 1 liternyi alaplével.

Ezután kerül a levesbe a murok és a zeller, aztán a brokkoli, kis fővés után a paradicsom és a cukkini, majd a vége felé a krumplice és a kukorica.

Szükség szerint* felöntjük alaplével.

Menet közben f?szerezzük: só, bors, bazsalikom b?ven, 1 babérlevél. A petrezselyemzöldet az utolsó pár percben adjuk a leveshez.

Frissen reszelt parmezánnal megszórva tálaljuk, szelet fehér kenyér kíséretében.

Szerz?: 5PL

További receptek, információk itt találhatóak:

<http://maxkonyhaja.blogspot.com/>

<http://thechefviki.blogspot.com/>

<http://garffyka.blogspot.com/>

DR. DRÁBIK JÁNOS
100 ÉVVEL TRIANON UTÁN
DVD

A trianoni gyalázaatról tabumentesen



„Egy film amelyet minden magyarnak látnia kell”

Ajánló
