

Zupa z owocami morza

Orientalna zupa

 Czas na High: 1,5

 Czas na Low: -

 Ilość porcji: 3-5

 Czas przygotowania: 20

Składniki

- owoce morza mix, 0,5 kg
- pieczarka, 2 szt
- sos sojowy, 2 łyżki
- szczypiorek, ½ pęczka
- sos ostrygowy, łyżka
- cukinia, ½ szt
- pomidor koktajlowy, 8 szt
- limonka, ½ szt
- woda, 1 l
- chilli, ½ szt
- cukier, łyżeczka
- por, ½ szt
- groszek zielony, garść
- pieprz, ds.
-



Wykonanie:

Pieczarkę, cukinię, pora oraz chilli pokrój w cienkie plastry. Pomidory koktajlowe podziel na pół. Składniki przełóż do wolnowaru Crock-Pot i zmieszaj z owocami morza, cukrem, sosem sojowym, sosem ostrygowym oraz groszkiem. Naczynie zalej litrem zimnej wody i gotuj na poziomie high 1 godzina, 30 min. Po czasie, przed podaniem dodaj posiekany szczypiorek, sok z limonki i pieprz do smaku.

Złote myśli

- Podawaj z makaronem sojowym lub ryżem.

przepis Darka Kuźniaka