

Moja zupa meksykańska (wersja wege)



Autor: **raksaksa1**
Przepisów: **10** Ocena: **183**



5-6 os.



60 min



średnie przystępne



raksaksa1 | Smaker

Składniki:

- 2 duże cebule
- 30-50 dag mięsa mielonego wołowego (lub jak ja gotuję wersję wegetariańską 1 op. granulatu sojowego)
- odrobina oliwy lub planty do podsmażenia
- 2-3 ząbki czosnku (wg smaku i uznania)
- 6-8 kostek rosołowych wołowych lub warzywnych
- 2 puszki pomidorów krojonych
- koncentrat pomidorowy
- 1/2 szklanki makaronu ryżowego (wygląda jak większy i grubszy ryż) lub drobnych muszelek
- 1 szkl. mrożonki - mieszanka marchewki i groszku
- opcjonalnie puszka czerwonej fasoli i kukurydza
- sól, pieprz, słodka czerwona papryka, magi

Sposób przygotowania:

- 1 Szatkujemy drobno cebulę, wrzucamy na tłuszcz razem z czosnkiem przeciśniętym lub drobno pokrojonym. Dodajemy mięsko mielone i razem dusimy.
- 2 Do garnka wlewamy pomidory, ok 8 szkl. wody, chociaż lepiej mniej, a potem wg uznania dolać. Zależy jak gęstą chcemy mieć zupę. Wrzucamy kostki. Dodajemy z patelni mięsko z cebulką, ale staramy się nie wlewać tłuszczu. Dusimy przez ok. 15 min.
- 3 Po 15 min. dodajemy makaron oraz mrożonkę. Zwiększamy ogień i ok. 10 min gotujemy na dużym ogniu.
- 4 Dodajemy kukurydzę, fasolę i doprawiamy wg uznania. Podajemy z bagietką. Smacznego.

Twoje notatki do przepisu: