



## Supa crema de ciuperci

### Ingrediente

- 150 g Ceapa
- 5 g MAGGI Cub Legume
- 1 legatura Patrunjel proaspat
- 60 g Telina
- 250 g Ciuperci
- 170 g Cartofi
- 0.25 lingurita Piper negru
- 5 ml Ulei de masline
- 1 catel Usturoi

### Instructiuni

1. Puneti ceapa, usturoiul, telina si cartoful la fiert (fireste, le-ati curatat si taiat in bucati mici inainte de asta).
2. Le lasati sa fiarba in 1l de apa in care ati adaugat un MAGGI Cub Legume, pana se inmoaie, apoi adaugati ciupercile spalate si taiate in sferturi.
3. Ciupercile fierb repede, asa ca dupa cinci-sase minute puteti sa transformati aceasta supa intr-o crema, cu ajutorul unui blender.
4. Adaugati sare si piper dupa cum va place, puneti si uleiul de masline si la urma adaugati patrunjelul tocat.

### Nutritie

Carbohidrați	27.56 g
Energie	161.69 kcal
grăsimi	3.69 g
Proteină	7.41 g

32 Min

2 Portii