



Maggi

Ciorba de leurdă

Ingrediente

- 2 cetei Usturoi
- 1 Ou
- 10 g MAGGI Secretul Gustului Legume
- 3 l Apă plată
- 120 g Ceapa
- 200 g Coaste de porc
- 1 legatura Marar
- 100 g Orez
- 120 g Morcov
- 20 ml Ulei de floarea soarelui
- 100 ml Smantana
- 10 mg Otet
- 0.5 lingurita Piper negru
- 20 g MAGGI Bors Legume
- 1 legatura Leustean
- 1 lingurita Boia de ardei dulce
- 1 legatura Leustean
- 300 g Leurdă

Instructiuni

1. Leurdă se spala și se taie fasii, ca niste taitei lati.
2. Morcovii, curătati și spalati, se dau pe razatoarea mare.
3. Se toaca ceapa și se pune la calit in ulei.
4. Cand devine aurie se adauga morcovii rasi.
5. Se amesteca putin, se pune apa și se lasa sa fierba timp de 5-10 minute.
6. Se pune apoi orezul și leurdă, se adauga MAGGI Secretul Gustului Legume și se lasa pe foc pana e fierat orezul.
7. Usturoiul (1-2 capatani) se curata și se toaca.
8. Costita, taiata cubulete, se pune la foc, intr-o tigaie cu putin ulei.
9. Se rumeneste, se adauga usturoiul tocata și boiaua, se omogenizeaza și se toarna in ciorba.
10. Se adauga verdeata tocata, piperul dupa gust si cele MAGGI Bors cu legume.
11. Se bate un ou cu smantana și putin otet. In loc de smantana și otet se poate folosi iaurtul.

Nutritie

Carbohidrați	21.56 g	63 Min
Energie	256.32 kcal	6 Portii
grăsimi	12.86 g	
Proteină	12.67 g	