



Ingrediente

- 1 kg Carne de vita
- 100 g Ardei gras
- 100 g Ceapa
- 100 g Morcov
- 100 g Telina
- 80 g Mazare boabe
- 80 g Fasole verde pastai
- 100 g Cartofi
- 1 legatura Leustean
- 1 legatura Patrunjel proaspat
- 20 ml Ulei de floarea soarelui
- 0.5 lingurita Piper negru
- 10 g Sare
- 200 g Pasta de tomate
- 10 ml Suc de lamaie
- 27 g MAGGI Cub de Vita
- 100 g Pastarnac

Instructiuni

- Spala si taie carnea cubulete, apoi pune-o la fiert in cam 3 L apa. Indeparteaza spuma din cand in cand.
- Pregateste legumele. Spala si curata ceapa, ardeiul gras, morcovul, telina si pastarnacul. Caleste-le in putin ulei. Cand sunt gata, adauga legumele in ciorba.
- Cand carnea este aproape fiarta, adauga 3 Cuburi de Vita MAGGI si piperul.
- Taie cartofii cubulete si adauga-i in ciorba, alaturi de bulion, fasolea verde si mazarea. Lasa in continuare la fiert cam 15 minute.
- Adauga sucul de lamaie si decoreaza ciorba cu frunze de patrunjel sau leustean.

Nutritie

Carbohidrați	12.75 g
Energie	251.16 kcal
grăsimi	9.55 g
Proteină	27.15 g

🕒 55 Min

⊕ 8 Portii