



## Ciorba de ghebe

### Ingrediente

- 120 g Ardei gras
- 240 g Ceapa
- 1 legatura Cimbru proaspat
- 25 g MAGGI Bors Legume
- 1 legatura Leustean
- 15 g MAGGI Secretul Gustului Legume
- 60 g Morcov
- 50 g Orez
- 360 g Rosii
- 30 ml Ulei de floarea soarelui
- 4 catei Usturoi
- 500 g Ciuperci

### Instructiuni

1. Curatam ghebele si le tocam.
2. Intr-o oala de 5l se pune uleiul, se adauga cele 2 cepe si usturoiul, toate taiate marunt. Se lasa pana prinde o culoare aurie.
3. Se adauga apoi cele doua rosii curatate de seminte si tocate, dar nu foarte marunt.
4. Se pune capacul si se lasa pe aragaz, cat timp se taie in cuburi mici ardeiul si morcovul. Acestea din urma se adauga la final.
5. Apa se adauga peste legume, iar cand clocoteste, se adauga si ghebele.
6. Cand sunt aproape fierte, se adauga orezul si MAGGI Secretul Gustului Legume.
7. Dupa 10 minute, se sfaramiteaza cubul de MAGGI Bors cu legume si crenguta de cimbru.
8. Se mai da un clocot, iar dupa ce se ia de pe foc, se pune leusteanul.

### Nutritie

Carbohidrați	19.04 g
Energie	151.75 kcal
grăsimi	6.02 g
Proteină	5.07 g

53 Min

6 Portii