

# Zupa hiszpańska

Przepis dodany przez użytkownika paula26013

**6 średnich ziemniaków,  
marchewka,**

**por,  
zielona pietruszka,  
3-4 kostki rybnych filetów,  
liść laurowy,  
cebula,  
2 ząbki czosnku,  
oliwa z oliwek,  
pieprz,  
sól,  
wegeta.**

Czas przygotowania: 30 minut  
Ilość porcji: 1-2  
Stopień trudności: bardzo łatwe  
Koszt: 10 PLN  
Kaloryczność: 563 kCal

## **Potrzebne składniki:**

- ziemniaki - 6 szt.
- marchewka - 1 ząbek(ząbki)
- cebula - szczypta szt.

## **Etapy przyrządzania:**

- 1.** Do 3/4 garnka zimnej wody wrzucić obrane ziemniaki (w całości), do tego marchewkę pokrojoną w większą kostkę, por, liść laurowy, cebulę pokrojoną na ćwiartki i 2 ząbki czosnku, wlać 2 łyżki oliwki z oliwek i gotować aż ziemniaki zaczną mięknąć, następnie wrzucić kostki rybne i poczekać aż wszystko się ugotuje, przyprawić wegetą, solą i pieprzem, posypać zieloną pietruszką.

## **Jak podawać?**

6 średnich ziemniaków,  
marchewka,

por,  
zielona pietruszka,  
3-4 kostki rybnych filetów,  
liść laurowy,  
cebula,  
2 ząbki czosnku,  
oliwa z oliwek,  
pieprz,  
sól,  
wegeta.