

هناكل إيه النهارده : شوربة الخضار الإيطالية



الخميس 11 مايو 2017 04:05 م

المقادير

- 3 ثمرة بصل أخضر مقطع
- 1 1/2 ثمرة فلفل الوان مقطع
- 1 ثمرة جزر , مكعبات
- 1/2 كوب شرائح مشروم
- 200 جرام طماطم مفرومة
- 400 جرام كرنب مقطع
- 4 كوب ماء
- 2 كوب عصير طماطم
- 1 مكعب مرقة دجاج
- رشة بصل بودرة
- رشة توابل :
- ملح
- فلفل أسود
- زعتر مجفف
- بردقوش مجفف
- روزماري مجفف
- 2 ملعقة كبيرة زيت زيتون

طريقة التحضير

سخني الزيت في مقلاة كبيرة الحجم على نار متوسطة []
ضعي البصل و الفلفل على الزيت و قلبي حتى يذبل المزيج []
اضيفي الجزر والمشروم والطماطم على مزيج البصل و الفلفل و قلبي لمدة 1 دقيقة ثم ارفعي المقلاة من على النار []
في اناء كبير الحجم على نار عالية ضعي الماء و مرقة الدجاج و قلبي حتى الذوبان []
ضعي مزيج الجزر في الماء ثم ضعي عصير الطماطم و الكرنب و قلبي []
ضعي البصل البودرة و التوابل و الملح و الفلفل و قلبي ثم اتركه المزيج حتى ينضج []
ضعي الشوربة في بولات التقديم ثم قدميها ساخنة مع الخبز المحمص []