
Juha od martinčica

Autor: Alex



Juha od martinčica

Sastojci

gljive martinčice - 500 g
luk - 60 g
ulje - 0,6 dl
brašno - 40 g
krumpir - 150 g
češnjak - 20 g
bijelo vino - 1 dl
peršin - 10 g
1 dl slatkog vrhnja
sol i papar po potrebi

Način pripreme

Martinčice očistimo, operemo i narežemo na listiće. Luk očistimo, operemo i sitno narežemo. Češnjak i peršin sitno isjeckamo.

Krumpir ogulimo, operemo i narežemo na kockice.

Na vrućem ulju popržimo luk i dodamo martinčice.

Kad martinčice puste sok pa ga ponovno upiju, dodamo pripremljeni krumpir.

Zatim dodamo pola peršina, češnjak, sol i papar po potrebi pa podlijemo vinom i vodom te sve, poklopljeno kuhamo.

Kad povrće omekša, juhu legiramo vrhnjem u koje smo dodali brašno i pustimo da još jako prokuha.

Na kraju dodamo perostali peršin i poslužimo.

Ostale napomene

Dobar tek...

Vrijeme pripreme	45 min.	Priprema	jednostavno
Porcije za	4 osobe	Kolesterol	
Ovo jelo je iz okolice		Cijena pripreme	
Vegetarijansko	Ne	Laktoza	Ne
Dijetno	Ne	Bez glutena	Ne
Calorie		Kilodžuli	
Masnoća		Bjelančevine	
Proteini		Karbohidrati	