

Brokuły z wody

Przepis dodany przez użytkownika patryshia

Pyszne brokułki.

Ilość porcji: 1-2

Stopień trudności: bardzo łatwe

Potrzebne składniki:

- 2 brokuly -
- 3 marchewki -
- 15 dag młodego zielonego groszku -
- łyżka oleju słonecznikowego -
- łyżka posiekanego koperki -
- sok z cytryny -
- musztarda -
- sól, cukier -

Etapy przyrządzania:

1. Myjemy warzywa. Marchew obieramy i kroimy w kostkę. Brokuly dzielimy na rozyczki. Marchew i groszek zalewamy wrzącą osoloną wodą, przykrywamy i gotujemy na małym ogniu. Po 5 minutach dodajemy brokuly i gotujemy jeszcze chwilę. Odcedzamy. Olej mieszamy z łyżką wody, odrobiną musztardy, cukrem i sokiem z cytryny, polewamy warzywa, posypujemy koperkiem.

