
Hladna krema

Autor: Mala Mara



Hladna krema od krastavaca.

Sastojci

3 krastavca

1 poriluk

1 mladi luk

1 litra jušnog temeljca (od peradi)

5 dag brašna

1 žličica light margarina (veličine oraha)

timijan

sol

papar

vlasac za dekoraciju

Način pripreme

Očistimo krastavce i narežemo ih na komade.

Očistimo poriluk, odstranimo zelene vrhove, osušimo ga krpom i narežemo.

Prepržimo tada na margarinu krastavce zajedno s narezanim porilukom i mladim lukom nekoliko minuta; tada dodamo brašno i jušni temeljac.

Pustimo da kuha 10 minuta.

Skinemo juhu s vatre, začinimo solju, paprom, timijanom i uporabimo mikser da bismo usitnili preostale komade povrća i dobili homogenu tekućinu.

Ukrasimo vlascem.

Ostale napomene

Budući da se danas krastavci mogu kupiti cijele godine, bit će lako i u zimskim danima postići ugođaj ljeta.

Još jedna prednost ovoga jela je da možete pripremiti veću količinu i staviti u hladnjak.

Vrijeme pripreme	25 min.	Priprema	jednostavno
Porcije za	4 osobe	Kolesterol	
Ovo jelo je iz okolice		Cijena pripreme	
Vegetarijansko	Da	Laktoza	Ne
Dijetno	Da	Bez glutena	Da
Calorie		Kilodžuli	
Masnoća		Bjelančevine	
Proteini		Karbohidrati	