



Kroupy jako příloha

Ingredience

ječné kroupy
zeleninový vývar

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Super zdravé, doporučujeme

Kroupy den předem propláchneme, namočíme do studené vody a vodu slijeme. Kroupy zalijeme osolenou vodou nebo zeleninovým vývarem, přivedeme k varu a vaříme asi 20 minut doměkka. Kroupy necháme v cedníku okapat. Kroupy jako příloha se hodí jak k zelenině, tak i k masu nebo rybě.

Kroupy jako příloha - recept

Kroupy den předem propláchneme, namočíme do studené vody a vodu slijeme. Kroupy zalijeme osolenou vodou nebo zeleninovým vývarem, přivedeme k varu a vaříme **asi 20 minut doměkka**. Kroupy necháme v cedníku okapat.

Kroupy jako příloha se hodí jak k zelenině, tak i k masu nebo rybě.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí