



Puree warzywne z risoni

 3 porcje

 45 minut

Składniki

- 1 l wody
- 2 łyżki wywaru warzywnego płynnego lub 1 i 1/2 kostki warzywnej
- 50 g risoni (lub innego drobnego makaronu)
- 1 mały ziemniak, obrany i pokrojony w 1 cm kostkę ok 90-100 g
- 1 marchewka, obrana i pokrojona w 1 cm kostkę ok 50-80 g
- 150 g słodkiego ziemniaka, obranego i pokrojonego w 1 cm kostkę
- 150 g dyni, obranej i pokrojonej w 1 cm kostkę
- 50 g tartego sera
- 50 g pora, pokrojonego w krążki o szerokości ok. 1 cm
- sól, pieprz do smaku

Przygotowanie

1

Zamocuj ostrze wielofunkcyjne w kielichu do gotowania.

2

Umieść w kielichu do gotowania 1 l wody, 2 łyżki wywaru (bulionu) lub 1 i 1/2 kostki warzywnej i 50 g risoni.

3

Umieść w koszyczku ziemniaki, słodkie ziemniaki, marchewki, pora i dynie.

4

Gotuj na parze. Co pewien czas przemieszaj.

5

Usuń koszyczek za pomocą szpatułki i odłóż na bok.



Zachowaj 1/2 szklanki wody z gotowania, a następnie odcedź risoni i odstaw na bok, resztę wody wylać.



Wyczyścić kielich do gotowania.



Włóż warzywa i zachowaną wodę z powrotem do kielicha do gotowania.



Przygotuj smoothie.



Dodaj 50 g sera i przygotowane risoni, doprawić solą i pieprzem do smaku.



Wymieszaj.



Gotowe do podania! Smacznego!
