

Supa za jaganje imuniteta



težina: **lako**

za: **6** osoba

vreme pripreme: **20** min

Sastojci

Potrebno je:

- **oko 200 g** pileceg filea
- **1** poriluk
- **1** vekašargarepa
- **3** cenabijelog luka
- **malo** parceumbira
- **1/2** korijena celera
- **1** šakasyješeg peršunovog lista
- **3** kašikemaslinovog ulja
- **po** ukususoli, bibera
- **1** kašicicakurkume
- **1,5** l vode

Priprema

Pripremiti sastojke: pileci file sitno narezati; bijeli luk protisnuti, naribati umbir, sitno narezati mrkvu, peršunov list, naribati korijen celera, poriluk narezati na tanke kolutove.

U šerpi zagrijati maslinovo ulje. Staviti češnjak i umbir; pa dodati poriluk. Dinstati par minuta. Dodati meso, kratko dinstati, pa dodati mrkvu i celer. Sipati vodu.

Zaciniti (so, biber, kurkuma) i kuhati oko 30 minuta.

Na kraju dodati peršun. Poslužiti odmah!

Savet