



Zaļo zirnīšu zupa ar krabja gaļu



Daudzums: 4 porcijas

Kalorijas: 120 kcal

Pagatavošanas laiks: 30 min.

Pagatavošanas metode

1. Sīpolus sagrieziet pusgredzenos un sautējiet kopā ar rīvētu selerijas sakni katlā, pievienojot olīveļļu.
2. Sagrieziet kubiņos kartupeļus, pievienojiet dārzeņus un pārleietj ar ūdeni tā, lai tas būtu 1 cm virs dārzeņiem. Vāriet 10-12 minūtes, pēc tam pievienojiet neatkausētus zaļos zirnīšus un vēl apmēram glāzi ūdens. Vāriet, līdz kartupeļi ir gatavi. Sasmalciniet zupu ar blenderi.
3. Krabja gaļu sagrieziet salmiņos. Ielejiet zupu šķīvī, centrā ielieciet krabja gaļu un dekorējiet ar olīveļļu un sasmalcinātiem svaigās piparmētras zaļumiem.

Ieteikumi

Šajā ēdienā varat izmantot gan saldētu, gan konservētu krabja gaļu.

Sastāvdaļas

Zirnīši, 400g	1 iepakojums
Sīpols	1 gab.
Selrijas sakne	1/3 gab.
Krabja gaļa	200 g
Olīveļļa	3 ēd.k.
Piparmētra	2 zariņi
Sāls	pēc garšas
Pipari	pēc garšas