

# Krem juha od brokule s kvinojom



NAČIN PRIPREME  
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME  
30 - 60 min



BROJ PORCIJA  
4

## Sastojci

600 g brokule  
1 - 2 režnja češnjaka  
80 ml maslinovog ulja  
80 g kiselog vrhnja  
50 g kvinoje  
Sol



## Nutritivne vrijednosti

## Skeniraj za prikaz na web stranici



Kvinoju skuhaite u blago posoljenoj vodi, ocijedite i začinite s malo maslinovog ulja. Brokulu očistite, podijelite na cvjetove i sve zajedno kuhajte u posoljenoj vodi 2 minute.

Na maslinovom ulju zabijelite sitno sjeckani češnjak, dodajte brokulu (ostavite nekoliko cvjetova za posluživanje), kratko popržite, zalijte vodom u kojoj se kuhala, prokuhajte još 3 minute.

Usitnite i miksajte štapićnim mikserom, dodajte vodu od brokule do željene gustoće.

Razmutite kiselo vrhnje s malo vruće vode od brokule pa dodajte u juhu kad je maknete s vatre.

Juhu poslužite uz dodatak žlice kvinoje i par cvjetića brokule.