

Meksička juha od rajčice s kukuruzom, grahom i avokadom



NAČIN PRIPREME
Jednostavna priprema



VRIJEME PRIPREME
30 - 60 min



BROJ PORCIJA
4

Sastojci

1 l passata rajčice
150 g crvenog luka
1 grančica celera ili celer u prahu
1 ljuta papričica
150 g kukuruza
300 g crvenog graha
200 g avokada
50 ml ulja
1 – 2 grančice peršina
sol, papar
1 limeta



Luk sitno nasjeckajte i popržite na ulju, podlijte passatom, začinite solju, celerom i sjeckanom papričicom po želji i kuhatjte.

10 minuta.

Usitnite štapnim mikserom trećinu kukuruza i graha, dodajte u juhu, prokuhajte.

Avokado ogulite, maknite košticu i narežite na kockice. Lističe peršina sitno nasjeckajte.

Juhu raspodijelite u tanjure i u svaki dodajte malo graha, kukuruza, avokada, sjeckane ljute papričice, pospite peršinom i poslužite uz kriške limete.

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici

