

Pohanka s mrkví a brokolicí

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: Lenka



Suroviny

Porce: 4

- brokolice 1 ks
- větší mrkve 3 ks
- pohanka 1 hrnek
- sůl 1 lžička
- pepř 1 špetka
- máslo 80 g
- cibulka 1 ks

Doba přípravy: 40 min

Obtížnost: Snadné

Určen pro: Vegetariáni

Způsob přípravy: Vaření

Zařazení: Oběd

Země: Česká republika

Počet porcí: 4

Postup:

Pohanku uvaříme podle návodu. Mrkev nakrájíme na kousky nebo nastrouháme a na másle osmahneme. Brokolici spaříme a přidáme k mrkvi. Okořeníme a vše ještě chvíli podusíme. Ozdobíme cibulkou.