

Paprykowo-pomidorowa zupa na zimno z chili i miętą

Czas ogółem **8 min** **8 min** Czas przygotowania

Wartości odżywcze (na porcję)

1817 kJ / 434 kcal

Tłuszcz: **32 g** Białko: **10 g**

Węglowodany: **23 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

5	żółtych pomidorów
1	żółta papryka
1	mała cebula
50 ml	oliwy z oliwek
150 ml	zimnej wody
1 pęczek	bazylii
1 pęczek	kolendry
	kilka listków mięty
2 łyżki	Ponzu - Mieszanka sosu Sojowego, octu o smaku Cytrynowym Kikkoman
2 szczypty	pieprzu
Dodatkowo:	
1	papryczka chili
	kilka listków świeżej mięty do dekoracji
2 łyżki	ziaren słonecznika

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Umyte warzywa zmiksuj z oliwą, wodą i ziołami.

Krok 2

Dopraw do smaku pieprzem i cytrusowym sosem sojowym sosem Ponzu Kikkoman.

Krok 3

Udekoruj posiekanym chili, miętą i ziarnami słonecznika. Podawaj.