



Slastni recepti

JUHE

Vrtec Otona Župančiča Črnomelj

KROMPIRJEVA JUHA S KOROMAČEM

SESTAVINE ZA 4 OSEBE:

- **KOROMAČ 4 KOSI**
- **2 ČEBULI**
- **3 VELIKI KROMPIRJI**
- **SOL, POPER, TIMIJAN, KUMINA, PETRŠILJ**

Na narezani čebuli prepražimo narezan koromač, dodamo na kose narezan krompir, solimo. Zalijemo z vodo. Ko so vse sestavine skuhane, spsiramo in dodamo timijan, kumino in sesekljan peteršilj. Po želji lahko dodamo kislo smetano.

BUČKINA JUHA

- **3 SREDNJE VELIKE BUČKE**
 - **2 ŽLICI MASLA**
 - **1 ČEBULA**
 - **1 STROK ČESNA**
- **MUŠKATNI OREŠČEK**
- **SOL, POPER, MAJARON**
- **2 DL SLADKE SMETANE**

Na maslu prepražimo na večje kose narezano čebulo, dodamo strt česen, da zadiši, na koncu dodaš še bučke. Dušimo in zalijemo z vodo, solimo. Zmiksamo, ko je vse kuhano. Na koncu dodamo majaron, orešček, poper, peteršilj in sladko smetano.

KORENČKOVA JUHA

- 500 G KORENJA
 - 2 ČEBULI
- 50 G ZELENE (GOMOLJ)
 - LOVORJEV LIST
- MAJARON, SOL, POPER

Korenje in zeleno prepražimo na čebuli, zalijemo z vodo, dodamo sol, 1 lovorjev list in na koncu začimbe.

KORENČKOVA JUHA Z ZDROBOM

- 2 ŽLICI MASLA
- 500 G KORENJA
- 4 ŽLICE PŠENIČNEGA ZDROBA
- SOL, POPER, LOVOR, PETERŠILJ

Razpustimo maslo in na njem prepražimo naribano korenje, nato dodamo še pšenični zdrob. Med mešanjem pražimo 1-2 minuti, nato zalijemo z vodo ali jušno osnovo. Solimo, popramo, dodamo začimbe.

BROKOLIJEVA JUHA

- 500 G BROKOLIJA
 - 3 ČEBULE
 - 1 STROK ČESNA
 - OLIVNO OLJE
- BAZILIKA, MALO KROMPIRJA, DROBNJAK, SOL, POPER

Očiščen brokoli dodamo na hitro prepraženi čebuli. Dodamo malo na kocke narezanega krompirja (1 – 2), dolijemo vodo, solimo. Na koncu zmiksamo, dodamo seseklano baziliko, drobnjak, poper in malo kumine.

FIŽOLOVA JUHA

800 G FIŽOLA ČEŠNJEVCA
1 ČEBULA, 1 ČESEN
SOL, POPER, MAJARON, ŠETRAJ, TIMIJAN

Fižol skuhamo in spasiramo, na koncu dodamo na olju prepraženo čebulo in česen, majaron, šetraj in timijan ter poper.

PARADIŽNIKOVA JUHA

- 1 PLOČEVINKA PELATOV
 - OLJE
 - 1 ŽLICA SLADKORJA
 - 3 ŽLICE MOKE
- SOL, POPER, MUŠKAT, BAZILIKA, MAJARON, 1 LOVOR

Na olju zarumenimo sladkor, dodamo moko, nato pelate in zalijemo z vodo. Kuhamo. Na koncu spsiramo, dodamo sol, poper, muškat, lovor. Na koncu še baziliko, majaron in peteršilj.

ŠPINAČNA JUHA

- OLJE IN 4 ŽLICE MOKE ZA BEŠAMEL (OZ. MASLO + MOKA + MLEKO)
 - 1 ZAVITEK ZMRZNJENE ŠPINAČE
 - 2 STROKA ČESNA
 - SOL, POPER, KISLA SMETANA

Na maslu spenimo moko, dodamo česen da zadiši, nato zalijemo z 0,5 l mleka. Dobro razmešamo, nato dodamo špinačo in vodo, da dobimo primerno gostoto juhe. Pustimo, da prevre. Na koncu dodamo kisló smetano, sol in poper.

CVETAČNA JUHA

- SREDNJE VELIKA CVETAČA Z ZELENIMI DELI
- SOL, POPER, MUŠKAT, MASLO

Cvetačo očistimo in razrežemo na majhne kose oz. na cvete in damo kuhati. Solimo, dodamo 1 dcl mleka. Ko je kuhana jo spasiramo, dodamo muškata, poper in na koncu malo masla, peteršilj ter malo sladke smetane.