

Zupa brokułowa z pulpetami

Zupa brokułowa z pulpetami – rozgrzewający obiad dla całej rodziny

Aromatyczna **zupa brokułowa z pulpetami** to doskonałe połączenie delikatnych warzyw i sycących mięsnych kulek. Podstawą tej pysznej zupy jest wywar z włoszczyzny, który nadaje potrawie głęboki smak i aromat. Różyczki brokuła dodają nie tylko koloru, ale także cennych składników odżywczych, a delikatne pulpety z mielonej szynki sprawiają, że zupa staje się pełnowartościowym daniem.

Dla kogo?

[Zupa](#) brokułowa z pulpetami to propozycja dla *całej rodziny*. Dzieci pokochają mięsne kulki, a dorośli docenią bogactwo smaku i wartości odżywczych. To także świetna opcja dla osób dbających o zdrowe odżywianie – zamiast tradycyjnej bułki do pulpetów używamy otrębów orkiszowych, które wchłaniają nadmiar płynów i dostarczają błonnika.

Na jaką okazję?

Ta uniwersalna potrawa sprawdzi się zarówno jako **pierwsze danie** podczas rodzinnego obiadu, jak i jako *samodzielne danie jednogarnkowe* na codzienny posiłek. Zupa brokułowa z pulpetami to również doskonały pomysł na rozgrzewający lunch w chłodniejsze dni.

Czy wiesz o tym?

Brokuł to prawdziwa *skarbnica witamin i minerałów*. W tej zupie możesz wykorzystać nie tylko różyczki, ale również głąb

brokuła – wystarczy dodać go podczas gotowania i wyjąć przed podaniem. Dzięki temu maksymalnie wykorzystasz wartości odżywcze tego warzywa.

Dla urozmaicenia

Zupę brokułową możesz podawać na różne sposoby – **zabieloną kwaśną śmietaną** lub w wersji czystej z kleksem jogurtu naturalnego. Dla bardziej wyrazistego smaku możesz dodać ulubione zioła, takie jak tymianek czy natka pietruszki. Jeśli lubisz pikantne akcenty, odrobina świeżo zmielonego czarnego pieprzu doskonale podkreśli smak tej pysznej zupy.