

# Ψαρόσουπα της Μαρίας



Στα Κύθηρα δοκαμάσαμε μια καταπληκτική ψαρόσουπα με γαρίδες, καραβίδες, αστακό, ροφό και πολλά λαχανικά. Θα την δείτε το Σάββατο 11 Οκτωβρίου στη 1 στον Alpha. Από το πρωί ψωνείτε τα παρακάτω υλικά και ότι φρέσκο ψάρι και θαλασσινά έχει ο ψαράς. Με το που ταιλειώσει η εκπομπή, θα έχετε δει τη συνταγή και θα είστε έτοιμοι για μαγειρική!

3 Λεμόνια

3 Ντομάτες

2-3 Πατάτες

2 ξερά Κρεμμύδια

3 Καρότα

3 Κολοκυθάκια

2 φρέσκα Κρεμμυδάκια

Δυόσμο

Αλάτι & Πιπέρι

Αν θες συμβουλές για τέλειες σούπερ και συνταγές σούπας για κάθε γούστο μπες στο [soupa.gr](http://soupa.gr)

Από εκπομπή: [Κουζίνα Μαμάς Κύθηρα](#)