

Bramborová polévka s pórkem a klobásou



Obtížnost: 

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

229 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 0 g bílkovin

Autor: Roxana

Odkaz: <https://srecepty.cz/bramborova-polévka-s-porkem-a-klobasou>

Příprava

Na sádle zpěníme jemně nakrájenou cibulku, přidáme pokrájené klobásy či párky, mírně opečeme a zaprášíme hladkou moukou, vytvoříme za stálého přilévání vroucí vody světle hnědou jíšku, odstavíme z ohně a nalijeme asi 6 dcl studené vody. Mezitím si uvaříme na kostičky pokrájené, oloupané brambory. Pórek očistíme, pokrájíme na kolečka a přidáme vařit k bramborům. Po uvaření brambor vše smícháme, přilijeme masox rozpuštěný v horké vodě a dochutíme pepřem a solí.



Tip k receptu

Přidávám i bylinky, petržel, hlavně zelenou, pažitku a do hotové polávky je možno přidat i majoránku, ale až po vaření, aby nezhořkla.

Ingredience

- ✓ 4 větší brambory
- ✓ 1 pórek
- ✓ 2 klobásy
- ✓ 2 lžíce sádla
- ✓ 1 cibule
- ✓ troška pepře mletého
- ✓ špetka soli dle potřeby
- ✓ 1 kostka masoxu , možno i zeleninový
- ✓ 1 lžička kmínu

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Diabetická, Celoročně, Finančně nenáročná, Jídlo na každý den, Rodina, Polévka