

Brokolicová polévka se sýrem



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 40min , Porce: 3

542 kalorií , **4 g** cukrů , **43 g** tuků , **11 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/brokolicova-polevka-se-syrem>

Příprava

Oškrábanou mrkev nastrouháme na slzičkovém struhadle, sýr na jemno. Omytou brokolici nakrájíme na menší kousky. Z másla a mouky připravíme světlou jíšku, zalijeme studenou vodou, rozmícháme a vaříme 10 minut. Poté přidáme nakrájenou brokolici a vaříme dalších 5 minut. Polévku ochutíme bujónem, pepřem, kořením a vmícháme sýr a mrkev. Krátce povaříme, než se sýr rozpustí.

Ingredience

- ✓ 200 g brokolice
- ✓ 50 g másla
- ✓ 2 lžíce hladké mouky
- ✓ 2 lžíce tvrdého sýra
- ✓ 2 lžíce mrkve
- ✓ 1 l vody
- ✓ 1 kostka bujónu
- ✓ 3 lžičky koření Bylinkové máslo
- ✓ špetka pepře

Kategorie

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

