

Čekanková polévka



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 55min , Porce: 4

538 kalorií , **0 g** cukrů , **24 g** tuků , **5 g** bílkovin

Autor: planeta

Odkaz: <https://srecepty.cz/cekankova-polevka>

Příprava

Očištěné a dobře opané čekankové puky rozebereme, nakrájíme, osmahneme v hrnci na másle, zalijeme vývarem a krátce povaříme. Přidáme předvařenou rýži, uvaříme do měkka a těsně před podáváním zahustíme žloutky, které jsme rozšlehali v trošce polévky.

▣ Tip k receptu

Chuť polévky lze zjemnit máslem.

Ingredience

- 4 ks čekankových puků
- 30 g másla
- 1 l hovězího vývaru
- 6 lžic dlouhozrnné rýže
- 2 žloutky
- špetka soli

Kategorie

Obyčejný den, Finančně nenáročné, Rodina, Polévka

