

Chřestová polévka



Obtížnost: 

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 25min , Porce: 4

589 kalorií , **0 g** cukrů , **41 g** tuků , **13 g** bílkovin

Autor: Milena

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

Příprava

Chřest očistíme, odřízneme tuhý konec a nakrájíme na drobno. Chřest vhodíme do vroucí osolené vody a vaříme 20 minut. Poté chřest scedíme. Mezitím na másle dozlatova osmažíme nadrobno nakrájenou cibuli, přidáme mouku a za stálého míchání smažíme do světle hněda. Přidáme zeleninový bujón a důkladně promícháme, aby nám nevznikly hrudky. Přidáme chřest, 100 ml smetany, sůl a pepř dle chuti. Zbytek smetany ke šlehání ušleháme. Polévku podáváme horkou a ozdobenou ušlehanou šlehačkou a nasekanou pažitkou.



Tip k receptu

Polévku můžeme dochutit magi.

Ingredience

- ✓ 500 g chřestu
- ✓ 200 ml smetany ke šlehání (šlehačky)
- ✓ sůl
- ✓ pepř
- ✓ 1 svazek pažitky na ozdobu
- ✓ 50 g másla
- ✓ 700 ml zeleninového bujónu
- ✓ 2 lžíce hladké mouky

Kategorie

Obyčejný den, Indická, Vegetariánská, Jaro, Finančně nenáročná, Zelenina, Klasika, Rodina, Polévka