

Čočka na kyselo



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 12h 15min , Čas vaření: 55min
Celkový čas: 13h 10min , Porce: 4

169 kalorií , 1 g cukrů , 1 g tuků , 6 g bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/cocka-na-kyselo>

Příprava

Čočku namočíme na 12 hodin do vody a poté vaříme 40-45 minut, dokud nezměkne. Přitom postupně lžící odebíráme pěnu, která vznikne na povrchu. Mezitím na másle osmažíme nakrájenou cibuli. Přidáme mouku a smažíme za stálého míchání do světle hněda. Přidáme trochu vody z čočky a důkladně promícháme. Postupně přimícháváme uvařenou čočku. Přidáme rozetřený česnek, hořčičná semínka, cukr, ocet a necháme projít varem. Dochutíme pepřem a soli dle chuti. Podáváme se smaženým volským okem.

▣ Tip k receptu

Cibuli můžeme nahradit jarní cibulkou.

Ingredience

- 500 g čočky
- 1 cibule
- 50 g másla
- 2 lžíce hladké mouky
- 1 lžička cukru krupice
- 2 lžíce octu
- pepř
- sůl
- 3 stroužky česneku
- 1/2 lžičky hořčičných semínek

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská,
Celoročně, Finančně nenáročné, Luštěniny,
Klasika, Rodina, Hlavní chod

