

Kapustovo-rajčatová polévka



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 35min , Porce: 4

287 kalorií , **0 g** cukrů , **5 g** tuků , **23 g** bílkovin

Autor: ik777

Odkaz: <https://srecepty.cz/kapustovo-rajcatova-polevka>

Příprava

Kapustu narežeme na drobné štvorčeky a uvaríme vo vode. Vodu zlejeme. Potom znovu podlejeme vodou, pridáme mletú rascu, soľ, ryžu a ďalej dusíme. Tesne pred koncom ako je ryža uvarená, pridáme paradajkový pretlak a zamiešame. Zahustíme cibuľovou zápražkou.

Ingredience

- 500 g růžičkové kapusty
- 1 rajčatový protlak
- 1/2 hrsti dlouhozrné rýže
- 1/4 lžičky mletého kmínu
- sůl
- 1 lžíci ztuženého pokrmového tuku
- 1 cibuli
- 2 lžíce hladké mouky

Kategorie

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

