

# Krémová "bramboráková" polévka



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 45min , Porce: 4

**1182** kalorií , **1 g** cukrů , **109 g** tuků , **12 g** bílkovin

**Autor:** Pajunc

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/kremova-bramborakova-polevka>

## Příprava

Nejdříve si nakrájíme 2 větší cibule na drobno a tři stroužky česneku na plátky (zbylé dva si necháme na později). V menším hrnci si rozpustíme olej a máslo, přidáme cibuli a necháme zesklovatět. Následně přidáme i nakrájený česnek a orestujeme. Mezitím oškrábeme jednu velkou bramboru a nastrouháme ji na hrubém struhadle. Přidáme k cibuli a česneku, krátce orestujeme, přidáme trochu kmínu, majoránku, sůl a pepř a zalijeme vodou. Povaříme asi 15 minut, poté protlačíme zbylé dva stroužky česneku a rozmixujeme tyčovým mixérem. Ve smetaně rozkvedláme vrchovatou lžící mouky, přilijeme k polévce a ještě 5 minut vaříme. Pokud je potřeba, tak ještě dochutíme.



### Tip k receptu

K polévce se výborně hodí opražené krutony.



## Ingredience

- ✓ 2 cibule
- ✓ 1 brambora
- ✓ 5 stroužků česneku
- ✓ 1 lžice slunečnicového oleje
- ✓ 1 lžice másla
- ✓ 1 špetka kmínu
- ✓ 1 lžice majoránky
- ✓ 1 balení sladké smetany
- ✓ 1-2 lžice hladké mouky
- ✓ 1-1,5 l vody

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Jídlo na každý den, Klasika, Rodina, Polévka