

# Krémová bramborová polévka



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 40min , Čas vaření: 50min  
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 4

**1059** kalorií , **0 g** cukrů , **40 g** tuků , **20 g** bílkovin

**Autor:** linkinkatka

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

## Příprava

Brambory oloupeme, omyjeme a nakrájíme na čtvrtky. Do zeleninového vývaru přidáme nakrájené brambory a vaříme dvacet minut. Celer a mrkev omyjeme, oloupeme a nakrájíme na malé kostičky. Pórek očistíme, omyjeme a nakrájíme na kolečka.

Uvařené brambory rozšňoucháme ve vodě na kaši. Potom přilijeme šlehačku a nakrájenou zeleninu. Společně vaříme asi deset minut, ochutíme solí a pepřem.

Na rozpálené pánvičce bez tuku osmažíme slunečnicová semínka. Ty pak necháme na misce vychladnout. Tofu nakrájíme na proužky a osmažíme je dorůžova na pánvi pod pokličkou, tentokrát na rozpáleném tuku. Petrželovou nať omyjeme pod tekoucí vodou a ubrouskem osušíme nebo dobře oklepeme. Část nadrobno nasekáme a zbytek necháme na ozdobu.

Petržel, slunečnicová semínka a tofu nasypeme do polévky a už nevaříme. Na talíři zdobíme kousky natě.

## Ingredience

- 600 g brambor
- 1 l zeleninového vývaru
- 2 pórký
- 200 g celeru
- 1 velká mrkev
- 200 ml smetany ke šlehání
- sůl
- bílý pepř
- 2 lžíce slunečnicových semínek
- 200 g Tofu
- 2 lžíce másla
- petrželová nať
- tuk na smažení

## Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Finančně nenáročné, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Polévka

