

Krůtí polévka s rajčátky



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 0min , Porce: 4

539 kalorií , 0 g cukrů , 41 g tuků , 42 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/kruti-polevka-s-rajcatky>

Příprava

Cibuli oloupeme a nakrájíme na drobno. Cibuli usmažíme na oleji dorůžova, přidáme maso nakrájené na malé kostičky a za stálého míchání ho krátce opečeme. Přidáme gulášové a mexické koření, zamícháme a ihned zalijeme vodou. Přikryté s kostkou Masoxu vaříme asi 20 minut. Mezitím si očistíme papriku a oškrábeme brambory. Obojí nakrájíme na malé kostičky. K měkkému masu přidáme papriku a brambory a po chvíli polévku zahustíme jíškou. Povaříme do změknutí brambor a poté přidáme rajčátka nakrájená na poloviny, nebo na čtvrtiny. Necháme krátce přejít varem, odstavíme a polévku dochutíme oregánem.

Ingredience

- ✓ 200 g krůtích prsou
- ✓ 1 menší cibule
- ✓ 3 lžíce slunečnicového oleje
- ✓ 2 lžičky gulášového koření
- ✓ 1 lžička Mexického koření
- ✓ 1/2 papriky (kapie) žluté
- ✓ 8 malých rajčat
- ✓ 3 brambory
- ✓ 1 kostka masoxu
- ✓ 1 lžíce instantní tmavé jíšky
- ✓ 1 lžička oregana

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Drůbež a králík, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Polévka

