

# Kvasnicová polévka



Obtížnost:

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 35min , Porce: 6

836 kalorií , 0 g cukrů , 81 g tuků , 12 g bílkovin

Autor: linkinkatka

Odkaz: <https://srecepty.cz/kvasnicova-polevka>

## Příprava

Do hrnce dáme trošku oleje, na rozpálený vsypeme nahrubo nastrouhanou kořenovou zeleninu a orestujeme. Zalijeme studenou vodou, osolíme, přidáme cibuli, kdo chce, osolí méně a přidá kostku masoxu nebo slepičího bujónu, a vaříme do změknutí zeleniny. Zatím na pánvi rozehejeme lžici oleje, rozdrobíme kvasnice a za stálého míchání opražíme, dokud se neroztečou a pak znovu nezhoustnou. Přidáme mouku, promícháme a za stálého míchání společně opražíme. Odstavíme z plotýnky, přidáme celé vejce, špetku soli a pepře a zpracujeme v polotuhé těstíčko. To prolisujeme do vařící polévky přes struhadlo nebo cedník na halušky. Ještě chvíli povaříme, dochutíme solí, pepřem a majoránkou.



### Tip k receptu

Na talíři posypeme zelenou petrželkou.

## Ingredience

- ✓ 42 g droždí (kvasnic)
- ✓ 1 mrkev
- ✓ 1 petržel
- ✓ kousek bulvového celeru
- ✓ 1 cibuli
- ✓ sůl
- ✓ pepř
- ✓ trošku majoránky
- ✓ 5 lžic rostlinného oleje
- ✓ 1 lžici polohrubé mouky
- ✓ 1 slepičí vejce

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Klasika, Rodina, Polévka