

Kvasnicová polévková zavářka



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 25min , Porce: 4

554 kalorií , 0 g cukrů , 21 g tuků , 15 g bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/kvasnicova-polevkova-zavarka>

Příprava

Na rozehrátý olej rozdrobíme kvasnice. Mícháme , dokud se kvasnice neroztečou a potom neztuhnou. Do vychladlých kvasnic přidáme vejce, trochu soli, pepře a rozmícháme. Potom přidáme polohrubou mouku a sušenou petrželku. Dobře promícháme a protlačíme stěrkou přes síto s velkými otvory do vařící polévky. Zavářku vaříme asi 5 minut.



Tip k receptu

Kvasnice můžeme připravovat i na smažené cibulce. Místo petrželky můžeme dát majoránku a rozetřený česnek. Vývar volíme dle chuti, může být i jenom z bujónu. Použijeme -li bujónový vývar, tak po odstavení polévky přidáme 1 lžičku slunečnicového oleje.



Ingredience

- ✓ 1 lžíce rostlinného oleje
- ✓ 3 kostky droždí (42g)
- ✓ 1 vejce
- ✓ sůl a pepř dle chuti
- ✓ 100 g polohrubé mouky
- ✓ 1 hrst petrželové nati

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Rychlovka, Polévka