

Mléčná kopřivová polévka



Obtížnost: 

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

99 kalorií , 0 g cukrů , 5 g tuků , 6 g bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/mlecna-koprivova-polevka>

Příprava

Kopřivy omyjeme, nasekáme najemno, vložíme do hrnce a zalijeme vývarem a mlékem. Přivedeme k varu. Tavený sýr pokrájíme, přidáme do polévky a mícháme, dokud se nerozpustí. Polévku osolíme, opepříme a ještě chvíli povaříme. Nakonec přidáme rozšlehané vejce a odstavíme z plotny.

Ingredience

- ✓ 500 g mladých kopřiv
- ✓ 500 ml drůbežího vývaru
- ✓ 300 ml kravského mléka
- ✓ 2 kousky taveného sýra
- ✓ 1 špetka soli
- ✓ 1 špetka pepře
- ✓ 1 vejce

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Redukční, Jaro, Finančně nenáročná, Klasika, Rodina, Polévka