

Mrkvová polévka



Obtížnost: 

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

715 kalorií , **10 g** cukrů , **42 g** tuků , **9 g** bílkovin

Autor: Martina Třetinová

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

Příprava

Mrkev a cibuli nastrouháme na velmi jemném struhadle. V hrnci rozežhřejeme máslo (nebo jiný tuk) a osmahneme na něm připravenou mrkev a cibuli současně s cukrem. Zaprášíme moukou, znovu osmahneme, zalijeme vodou (můžeme i vývarem) a osolíme. Vše povaříme a podáváme ozdobené petrželkou.



Tip k receptu

Do talíře s polévkou můžeme přidat osmaženou na kostky nakrájenou housku. Pro zajímavější chuť můžeme polévku zakápnout citrónovou šťávou.

Ingredience

- ✓ 300 g mrkve
- ✓ 1 menší cibule
- ✓ 50 g másla
- ✓ 10 g cukru krystal
- ✓ 50 g hladké mouky
- ✓ 1,5 l vody
- ✓ sůl
- ✓ troška petržele

Kategorie

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