

Nejlepší dýňová polévka



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 55min , Porce: 6

1442 kalorií , **0 g** cukrů , **119 g** tuků , **47 g** bílkovin

Autor: Baara

Odkaz: <https://srecepty.cz/nejlepsi-dynova-polevka>

Příprava

Na másle orestujte cibulku nakrájenou najemno do sklovata a přidejte rozdrcené (jen tak lehce nožem) stroužky česneku. Dýni nemusíte loupat, polévce dodá chuť a krásnou barvu. Zbavte ji jen semínek a pokrájejte na menší kostky. Z hrnce vyndejte česnek a naopak přidejte dýni. Chvilí ji opékejte a potom přilijte horký vývar a citrónovou šťávu, bobkový list, muškátový oříšek a dle chuti osolte a opepřete. Vařte pod pokličkou asi půl hodiny, dokud dýně nezměkne.

Poté sundejte hrnec ze sporáku a vyndejte bobkové listy. Vše pořádně a dohladka rozmixujte tyčovým mixérem. Vlijte smetanu a už jen trochu prohřejte a případně dochuťte. Podáváme s opečenou slaninou, zakysanou smetanou a chlebovými krutonky.

Ingredience

- ✓ 1 ks dýně hokkaidó
- ✓ 50 g másla
- ✓ 1 ks střední cibule
- ✓ 1 l zeleninového vývaru
- ✓ 200 ml sladké smetany
- ✓ dle chuti sůl
- ✓ dle chuti pepř
- ✓ 300 g slaniny
- ✓ 6 plátků toustového chléba
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ 2 ks bobkového listu
- ✓ 15 ml citrónové šťávy
- ✓ 1/4 lžičky muškátového oříšku

Kategorie

Halloween, Podzim, Polévka

