

Novoroční čočková polévka



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 30min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 15min , Porce: 4

2941 kalorií , 0 g cukrů , 168 g tuků , 98 g bílkovin

Autor: Ajaja

Odkaz: <https://srecepty.cz/novorocni-cockova-polevka>

Příprava

Brambory si očistíme a nakrájíme na drobné kostičky. Mrkve rovněž očistíme a nakrájíme na drobné nudličky. Čočku uvaříme v osolené vodě doměkka. Poté rozpustíme 50 g másla a na něm nakrájenou mrkev krátce osmahneme. Zalijeme ji vývarem, přidáme nakrájené brambory, osolíme, ochutíme šafránem a muškátovým květem. Než se brambory uvaří doměkka, připravíme si jíšku ze zbylého másla a hladké mouky (podle potřeby přidáme máslo nebo mouku), kterou pak přidáme do polévky a necháme ještě krátce provařit. Paprikáš zkroutíme do kornoutku a krátce opečeme (nasucho) a zdobíme jím, spolu s petrželovou natí, servírovanou polévku - stačí 3 kornoutky na porci polévky.



Ingredience

- ✓ 400 g čočky
- ✓ 4 větší brambory
- ✓ 2 velké mrkve
- ✓ 200 g másla
- ✓ 3 lžíce hladké mouky
- ✓ 2 lžičky soli
- ✓ špetka muškátového květu
- ✓ troška šafránu
- ✓ 1,5 l vývaru
- ✓ 12 plátků paprikáše
- ✓ 4 lžičky petrželové nati

Kategorie

Silvestr, Česká, Zima, Finančně nenáročná, Luštěniny, Klasika, Labužník, Polévka