

Polévka s krevetami nebo garnáty



Obtížnost: 

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 30min , Porce: 6

794 kalorií , 0 g cukrů , 32 g tuků , 42 g bílkovin

Autor: Milena

Odkaz: <https://srecepty.cz/polevka-s-krevetami-nebo-garnaty>

Příprava

Mléko a rýži přivedeme do varu. Přikryjeme pokličkou a vaříme 20 minut na mírném plameni. Přidáme zeleninový bujón, citrónovou šťávu, sůl a pepř dle chuti. Vaříme dalších 5 minut. Mezitím na rozehřátém oleji osmažíme krevety nebo garnáty a přidáme sojovou omáčku. Servírujeme tak, že do polévky přidáme osmažené krevety nebo garnáty a ozdobíme nakrájenou pažitkou.



Tip k receptu

Do polévky můžeme přidat 3 lžíce kysané smetany.

Ingredience

- ✓ 2 lžíce rostlinného oleje
- ✓ 200 g oloupaných syrových krevet nebo garnátů
- ✓ 0,7 l mléka
- ✓ 0,7 l zeleninového bujónu
- ✓ 1 lžíce citrónové šťávy
- ✓ sůl
- ✓ pepř
- ✓ pažitka na ozdobu
- ✓ 100 g dlouhozrné rýže
- ✓ 1 lžíce sojové omáčky

Kategorie

Výjimečný den, Skotská, Celoročně, Finančně náročnější, Ryby a dary moře, Exotika, Labužník, Polévka