

# Polévka s vločkami a zeleninou



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 30min , Porce: 4

**1100** kalorií , **5 g** cukrů , **30 g** tuků , **38 g** bílkovin

**Autor:** Jana Smidži

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/polevka-s-vločkami-a-zeleninou>

## Příprava

Ovesné vločky nasucho opražíme v hrnci, pak přidáme máslo, necháme rozpustit a zalijeme vodou. Osolíme, opeříme, vložíme kostku bujónu, přisypeme houbové koření a kmín. Přidáme nahrubo nastrouhanou kořenovou zeleninu a na kostičky nakrájený řapíkatý celer a vše povaříme doměkka. Nakonec do polévky vlijeme rozšlehané vejce a vsypeme nakrájenou zelenou petrželku.

## Ingredience

- ✓ 250 g ovesných vloček
- ✓ lžíce másla
- ✓ 1 mrkev
- ✓ 1 kořenová petržel
- ✓ 2 stonky řapíkatého celeru
- ✓ 1 kostka drůbežího bujónu
- ✓ 1 lžička houbového koření
- ✓ 1 lžička kmínu
- ✓ pepř
- ✓ sůl
- ✓ 1 vejce
- ✓ 1 lžíce petrželové natě

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Polévka

