

Postní zelná polévka



Obtížnost:

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 50min , Porce: 6

512 kalorií , 1 g cukrů , 12 g tuků , 26 g bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/postni-zelna-polevka>

Příprava

Sušené huby namočíme do vody, povaríme asi 30 minút a pridáme očistené zemiaky, pokrúpané na kocky, soľ, rascu a mleté korenie. Uvaríme do mäkka. Kyslú kapustu uvaríme osobitne. Mäkkú primiešame do zemiakov s hubami, zalejeme vodou a zahustíme svetlou zápražkou. Dobre ešte povaríme a do hotovej polievky zamiešame celé rozšľahané vajcia a kyslú smotanu.



Tip k receptu

Neodporúčam dávať čerstvé huby. Sušene sú viac aromaticke.

Ingredience

- ✓ 300 g kyselého zelí
- ✓ 250 g brambor
- ✓ 150 ml zakysané smetany
- ✓ 30 g sušených hub
- ✓ 20 g hladké mouky
- ✓ 2 vejce
- ✓ troška kmínu
- ✓ troška pepře bílého
- ✓ 1 lžička soli

Kategorie

Slovenská, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročné, Klasika, Rodina, Polévka