

# Rychlá kapustová polévka



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 30min , Porce: 6

**4049** kalorií , **0 g** cukrů , **3 g** tuků , **114 g** bílkovin

**Autor:** uschi3

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/rychla-kapustova-polevka>

## Příprava

Nadrobno nakrájenou cibuli osmahneme na oleji, přidáme na nudličky nakrájenou kapustu, orestujeme, zaprášíme moukou, zalijeme vodou a přidáme bujón, sůl, pepř a na kostky nakrájené brambory. Vaříme doměkka, dle potřeby dochutíme, nakonec můžeme přidat prolisovaný česnek.



### Tip k receptu

Někdy dělávám tuto polévku se zápražkou - mouku, olej, červenou mletou papriku a stroužek česneku a sůl osmahnu, zaliju vodou, rozvařím a přidám do polévky. Pro změnu občas dám místo zeleninového bujónu masox.

## Ingredience

- ✓ 1/2 hlávky kapusty
- ✓ 1 cibule
- ✓ trochu oleje
- ✓ 1-2 lžičky hladké mouky
- ✓ 1 kostka zeleninového bujónu /může být i drůbeží/
- ✓ trochu soli
- ✓ trochu pepře
- ✓ trochu Vegety
- ✓ 1-2 stroužky česneku /nemusí být/
- ✓ 5-6 brambor

## Kategorie

Obyčejný den, Slovenská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Klasika, Rodina, Polévka

