

# Sladká krémová polévka



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 20min  
Celkový čas: 35min , Porce: 6

**218** kalorií , **13 g** cukrů , **0 g** tuků , **5 g** bílkovin

**Autor:** notburga

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/slodka-kremova-polevka>

## Příprava

Sladké brambory a dýni omyjeme, oloupeme a nakrájíme na kostky. V hrnci rozeřjeme vývar a nakrájenou zeleninu do něj vhodíme spolu se skořicí a muškátovým květem. Přivedeme k varu a poté teplotu snížíme na minimum. Přiklopíme pokličkou a vaříme 15 minut, dokud zelenina nezměkne. Ochutíme pepřem. Přelijeme do mixéru, přidáme podmáslí a rozmixujeme dohladka. Podáváme ihned.

### Tip k receptu

Podmáslí můžete do polévky přidat až na talíři - krásně ji tím ozdobíme. Do jedné misky patří dvě lžičky.

## Ingredience

- 200 g dýně
- 750 ml drůbežího vývaru
- špetka skořice
- špetka muškátového květu
- 1/2 lžičky mletého černého pepře
- 40 ml podmáslí
- 200 g batátů - sladkých brambor

## Kategorie

Výjimečný den, Podzim, Finančně nenáročné, Exotika, Rodina, Polévka