

Špenátová polévka s Mozzarellou



Obtížnost: 🍴🍴🍴🍴🍴

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 15min
Celkový čas: 40min , Porce: 6

726 kalorií , 2 g cukrů , 49 g tuků , 36 g bílkovin

Autor: Marsylie

Odkaz: <https://srecepty.cz/spenatova-polevka-s-mozzarellou>

Příprava

Cibule očistíme a nakrájíme na drobno. V kastrole si rozpustíme máslo a přidáme cibule. Smažíme dozlatova. Zahustíme hladkou mouku a zalijeme mlékem. Za stálého míchání vložíme protlak a zředíme vodou. Vaříme 10-12 minut. Dochutíme prolisovaným česnekem, pepřem, tekutým polévkovým kořením, zjemníme zakysanou smetanou. Necháme projít varem. Třešničky Mozzarely si nakrájíme na kousky a vkládáme do talíře před servírováním - můžete kombinovat s opečenou houstičkou na másle



Tip k receptu

Můžete použít mražený listový špenát.



Ingredience

- ✓ 400 g špenátového protlaku
- ✓ 2 lžíce hladké mouky
- ✓ 2 cibule
- ✓ 200 ml zakysané smetany
- ✓ 1-2 stroužky česneku
- ✓ 1 lžička soli
- ✓ troška pepře
- ✓ 1 lžíce másla
- ✓ 150 g Mozzarellových třešniček na vaření
- ✓ 300 ml plnotučného mléka
- ✓ 300-400 ml vody
- ✓ troška polévkové koření tekutého

Kategorie

Obyčejný den, Celoročně, Zelenina, Jídlo na každý den, Rodina, Polévka