

Studentská polévka



Obtížnost: 🍴 🍴 🍴 🍴 🍴

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

143 kalorií , 0 g cukrů , 12 g tuků , 1 g bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/studentska-polévka>

Příprava

Cibuli oloupeme a nasekáme na kostičky. V rendlíku rozpálíme máslo a cibuli na něm orestujeme, přidáme mraženou zeleninu a restujeme tak dlouho, dokud nepovolí. Přidáme prolisovaný česnek a ještě chvíli restujeme. Poté přidáme koření a zalijeme horkou vodou. Vaříme asi 10 minut.



Tip k receptu

Možná vás překvapí, že v této jednoduché polévce už nepoužívám žádná dochucovadla, ale když i mraženou zeleninu osmahnete na másle není to potřeba. V nejhorším případě můžete máslo nahradit i rostlinným olejem a pořád to bude dobré.

Ingredience

- ✓ 1 cibule
- ✓ 1 lžička kmínu
- ✓ špetka soli
- ✓ 1 lžice másla
- ✓ 2 stroužky česneku
- ✓ špetka pepře
- ✓ 1 sáček mražené zeleninové směsi

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Klasika, Chudý student, Polévka

