

Tykvová polévka



Obtížnost: 

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 5min , Porce: 4

360 kalorií , 0 g cukrů , 0 g tuků , 9 g bílkovin

Autor: Beruska64

Odkaz: <https://srecepty.cz/tykvova-polevka>

Příprava

Rozpustíme v hrnci tuk, cibuli oloupeme, nadrobno nasekáme, zpěníme na tuku. Když je cibule zpěněná, přidáme omytou a na menší kousky nakrájenou tykev a dusíme chvíli, po chvílce přilijeme vodu, přidáme kopr, opeříme, osolíme a necháme vařit. Mezitím ve smetaně rozmícháme mouku a vlijeme do polévky. Přidáme cukr, ocet, vyjmeme kopr z polévky a můžeme podávat.

Ingredience

- ✓ 500 g tykve
- ✓ 1 cibule
- ✓ 50 g tuku
- ✓ 1,5 l vody
- ✓ 1 hrst kopru
- ✓ 1/4 l zakysané smetany
- ✓ 40 g hladké mouky
- ✓ 2 lžičky cukru
- ✓ 2 lžíce octa
- ✓ špetka pepře
- ✓ špetka soli

Kategorie

Výjimečný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Klasika, Rodina, Polévka