

Vločková polévka se zeleninou



Obtížnost:     

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

614 kalorií , **3 g** cukrů , **38 g** tuků , **12 g** bílkovin

Autor: Jiřulka

Odkaz: <https://srecepty.cz/vlockova-polevka-se-zeleninou>

Příprava

Drobně nakrájenou zeleninu osmahneme na másle, zalijeme vodou, osolíme, přidáme přebrané vločky a uvaříme doměkka.

Nakonec vešleháme mléko s rozmíchaným žloutkem a nasekanou petrželkou. Krátce povaříme a můžeme podávat.

Ingredience

- ✓ 80 g ovesných vloček
- ✓ 50 g zeleninové směsi - mrkev, celer, květák
- ✓ 40 g másla
- ✓ 500 ml mléka
- ✓ 1 žloutek
- ✓ petrželka

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročné, Obiloviny, těstoviny a rýže, Jídlo na každý den, Děti do 5 let, Polévka

