

Zeleninová polévka po italsku



Obtížnost:

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

871 kalorií , 11 g cukrů , 4 g tuků , 42 g bílkovin

Autor: Ellis

Odkaz: <https://srecepty.cz/zeleninova-polevka-po-italsku>

Příprava

Cibuli oloupeme a nadrobno posekáme. Mrkev a cuketu omyjeme, mrkev oloupeme a vše nakrájíme na kostičky. Lahůdkové cibulky opereme a rozkrájíme na špalíčky dlouho asi 2 cm. Do hrnce nalijeme bílé víno, přidáme cibuli a zeleninu, osolíme, opepříme a přivedeme k varu. Přikryté dusíme na malém ohni pod bodem varu asi 10 minut. Rajčatový protlak zředíme trochou vývaru a vmícháme k podušené zelenině. Rajčata nařízneme do křížku, spaříme, zchladíme a oloupeme. Vybereme zrníčka a nakrájíme na kostky a přidáme do hrnce se šunkou pokrájenou také na kostičky. Zalijeme vývarem, přikryjeme, uvedeme do varu, do polévky vhodíme těstoviny a povaříme asi 8 minut. Můžeme polévku ještě opepřit, ale již nesolíme, jelikož do ní budeme přidávat sýr. Hotovou polévku nalijeme do talířů a posypeme sýrem a bylinkami.

Ingredience

- ✓ 1 cibule
- ✓ 100 g mrkve
- ✓ 100 g cukety
- ✓ 2-3 lahůdkové cibulky
- ✓ 200 ml bílého vína
- ✓ 2 lžíce rajčatového protlaku
- ✓ 3 rajčata
- ✓ 100 g šunky
- ✓ 1 l masového nebo zeleninového vývaru
- ✓ 200 g těstovin
- ✓ sůl a pepř dle chuti
- ✓ 1 lžička bazalky
- ✓ 1 lžička petrželky
- ✓ 1 lžička pažitky
- ✓ 1 lžička kopru

Kategorie

Obyčejný den, Italská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Něco extra, Rodina, Polévka