



## Brokolicová polévka s kokosovým mlékem

### Ingredience

čerstvá brokolice: **500 g**  
malá cibule: **1 ks**  
zeleninový vývar: **500 ml**  
ztuhlé kokosové mléko: **100 ml**  
olivový olej: **2 PL**  
česnek - stroužky: **2 ks**  
sůl  
pepř  
Na zeleninový vývar:  
celer: **100 g**  
mrkev: **2 ks**  
petržel: **1 ks**  
zázvor: **1 cm**  
malá chilli paprička: **1 ks**  
cibule: **1 ks**  
sůl

## STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zdravé, neuděláte chybu

**Nejprve očistíme všechnu zeleninu na vývar a pomalu uvaříme silný zeleninový vývar. Trvá to asi 1,5 hodiny. Vývar by měl být lehce štiplavý po chilli papričce. V hrnci rozežřejeme olivový olej, na kterém orestujeme najemno nakrájenou cibuli. Přidáme růžičky propláchnuté brokolice, zalejeme...**

## Brokolicová polévka s kokosovým mlékem - recept

Nejprve očistíme všechnu zeleninu na vývar a pomalu uvaříme silný zeleninový vývar. Trvá to **asi 1,5 hodiny**. Vývar by měl být lehce štiplavý po chilli papričce.

V hrnci rozežřejeme olivový olej, na kterém orestujeme najemno nakrájenou cibuli. Přidáme růžičky propláchnuté brokolice, zalejeme vývarem a necháme brokolici změkknout. Přilejeme tuhou část kokosového mléka, dochutíme solí a pepřem. Polévku **rozmixujeme dohladka**. Nakonec vmícháme podle chuti do polévky prolisovaný česnek.

**Brokolicová polévka s kokosovým mlékem** dobře chutná s opečenými krutony a čerstvou petrželkou.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí