

Recepty



Krémová květáková polévka

Ingredience

květák: **400 g**
zeleninového vývaru: **500 ml**
smetana: **100 ml**
máslo: **1 PL**
cibule: **1 ks**
česnek - stroužky: **1 ks**
špetka muškátového oříšku
sůl
pepř
bobkový list

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zlatá střední cesta

Květák očistíme a rozdělíme na růžičky. Ve větším hrnci rozejdeme lžící másla a opečeme na něm najemno nakrájenou cibuli a česnek. Až cibule zezlátne, vložíme květák a zalijeme vývarem. Přidáme bobkový list, sůl, pepř a muškátový oříšek a vaříme dokud květák nezměkne, což trvá přibližně 20 minut....

Květáková polévka - recept

Květák očistíme a rozdělíme na růžičky. Ve větším hrnci rozežřejeme lžící másla a opečeme na něm najemno nakrájenou cibuli a česnek. Až cibule zezlátne, vložíme květák a zalijeme vývarem. Přidáme bobkový list, sůl, pepř a muškátový oříšek a vaříme dokud květák nezměkne, což trvá přibližně 20 minut. Poté vyndáme bobkový list a vše důkladně rozmixujeme, aby byla **květáková polévka krásně hladká**. Na závěr vmícháme smetanu a jen krátce provaříme.

Krémová květáková polévka chutná nejlépe s opečenými krutony.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí