



Polévka z červené čočky

Ingredience

červená čočka: **200 g**
oloupaná rajčata: **2 ks**
zeleninový vývar: **700 ml**
česnek - stroužky: **2 ks**
cibule: **1 ks**
hladkolistá petrželka
olej

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zdravé, neuděláte chybu

Čočku propláchneme ve studené vodě, cibuli a česnek nakrájíme nadrobno. Do pánvičky si dáme trochu oleje a osmahneme na něm cibulku společně s česnekem. Zalijeme vývarem a přidáme čočku a nakrájené rajče. Vaříme tak dlouho, dokud není čočka měkká, což je přibližně 10 minut. Polévka z červené čočky...

Polévka z červené čočky - recept

Čočku propláchneme ve studené vodě, cibuli a česnek nakrájíme nadrobno. Do pánvičky si dáme trochu oleje a osmahneme na něm cibulku společně s česnekem. Zalijeme vývarem a přidáme čočku a nakrájené rajče. Vaříme tak dlouho, dokud není čočka měkká, což je přibližně 10 minut. **Polévka**

z červené čočky je výborná s nasekanou čerstvou petrželkou nebo jinými bylinkami.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí