



Polévka z pečené dýně

Ingredience

dýně Hokkaido: **1 ks**
zeleninový vývar: **500 ml**
smetana ke šlehání: **80 ml**
cibule: **1 ks**
česnek - stroužky: **8 ks**
olivový olej
pepř
sůl

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zdravé, neuděláte chybu

Z dýně odstraníme jádérka, nakrájíme ji na větší kousky a společně s neoloupaným česnekem zakapeme olivovým olejem, osolíme, opeříme a přikryté pečeme při teplotě 200 °C asi 30 minut doměkka. Na oleji zpěníme cibuli, přidáme oloupaný pečený česnek (množství dle chuti), dýni, zalijeme horkým...

Polévka z pečené dýně - recept

Z dýně odstraníme jádérka, nakrájíme ji na větší kousky a společně s neoloupaným česnekem zakapeme olivovým olejem, osolíme, opeříme a přikryté pečeme při teplotě 200 °C asi 30 minut

doměkka. Na oleji zpěníme cibuli, přidáme oloupaný pečený česnek (množství dle chuti), dýni, zalijeme horkým vývarem a rozmixujeme ponorným mixérem. Podle požadované konzistence případně ještě zředíme vývarem. Dochutíme solí a pepřem a zjemníme smetanou, která má mít pokojovou teplotu, aby se v horké polévce nesrazila. Provaříme 2 minuty a můžeme podávat.

Polévka z pečené dýně se může podávat s opraženými dýňovými semínky, krutony z bílého chleba, zakápnutá dýňovým olejem nebo s trochou zakysané smetany. Příznivci pikantních chutí mohou přidat špetku sušeného chilli.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí