



Špenátová polévka pro děti

Ingredience

čerstvý špenát: **200 g**
jarní cibulka: **1 ks**
zeleninový vývar: **500 ml**
mléko: **200 ml**
máslo: **1 PL**
olej: **1 PL**
petrželka: **1 PL**
sůl

STUPEŇ ZDRAVOSTI:

Zdravé, neuděláte chybu

V hrnci rozehejeme olej a necháme na něm rozpustit máslo. Přidáme nadrobno nakrájenou jarní cibulku, po chvíli špenát a počkáme, až "zvadne". Zalijeme horkým vývarem, podle potřeby jemně osolíme a vaříme 5 minut. Rozmixujeme, přilijeme mléko a prohřejeme. Špenátová polévka pro děti se nakonec...

Špenátová polévka pro děti - recept

V hrnci rozehejeme olej a necháme na něm rozpustit máslo. Přidáme nadrobno nakrájenou jarní cibulku, po chvíli špenát a počkáme, až "zvadne". Zalijeme horkým vývarem, podle potřeby jemně

osolíme a **vaříme 5 minut**. Rozmixujeme, přilijeme mléko a prohřejeme.

Špenátová polévka pro děti se nakonec posype nadrobno nakrájenou petrželkou.

Hodnocení receptu:

Hodnotilo 1 lidí