

# Kroupová polévka



**Obtížnost:** □□□□□

Čas přípravy: 1h 0min , Čas vaření: 30min  
Celkový čas: 1h 30min , Porce: 2

**362** kalorií , **0 g** cukrů , **1 g** tuků , **8 g** bílkovin

**Autor:** veka

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/kroupova-polevka>

## Příprava

Kroupy ráno předem dobře propereme v cedníku a necháme aspoň hodinu namočené. Poté je slijeme, znovu zalijeme vodou, osolíme a přivedeme k varu. Dle velikosti je vaříme 20 - 40 minut, dokud úplně nezměknou. Pak je zcedíme. Vývar - z hovězích kostí a zeleniny. Obsah hrnce s vývarem opatrně přecedíme do jiného hrnce. Uvařenou zeleninu nakrájíme na kousky a přidáme do zcezeného vývaru, přidáme uvařené kroupy, dle potřeby osolíme. Můžem přidat nasekanou petrželovou nať.

### ▣ Tip k receptu

Můžem polévku dochutit rozdrceným česnekem.



## Ingredience

- 100 g krup
- 1 l hovězího vývaru z kosti
- 1 špetka soli

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Luštěniny, Jídlo na každý den, Rodina, Polévka