

Kukuřičná polévka se špetkou chilli



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 45min , Porce: 4

393 kalorií , **0 g** cukrů , **27 g** tuků , **0 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: <https://srecepty.cz/kukuricna-polevka-se-spetkou-chilli>

Příprava

Cibuli nakrájejte nahrubo a osmahněte ji dozlatova na trošce oleje. Zalijte ji vývarem, přidejte na kostičky pokrájený brambor a nechte asi 5 minut vařit. Mezitím nožem okrájejte z omytých palic kukuřice šťavnatá zrna. Ta přidejte do polévky a nechte je společně další čtvrt hodinu vařit.

Když je hotovo, zalijte polévku smetanou a ručním mixérem ji proměňte v krém. Dochuťte solí, pepřem (lepší je bílý), muškátovým oříškem a špetkou chilli. Podávejte s opečenými toasty nebo křupavou tortillou.

Ingredience

- 4 palice čerstvé kukuřice
- 2 lžíce oleje
- 2 cibule
- 1 větší brambor
- 100 ml smetany ke šlehání
- sůl a pepř
- muškátový oříšek
- špetka chilli
- 1l zeleninového vývaru

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Zelenina, Rodina, Vegetarián, Polévka

