

Mléčná kopřivová polévka



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 40min , Porce: 4

99 kalorií , **0 g** cukrů , **5 g** tuků , **6 g** bílkovin

Autor: notburga

Odkaz: <https://srecepty.cz/mlecna-koprivova-polevka>

Příprava

Kopřivy omyjeme, nasekáme najemno, vložíme do hrnce a zalijeme vývarem a mlékem. Přivedeme k varu. Tavený sýr pokrájíme, přidáme do polévky a mícháme, dokud se nerozpustí. Polévku osolíme, opepříme a ještě chvíli povaříme. Nakonec přidáme rozšlehané vejce a odstavíme z plotny.

Ingredience

- 500 g mladých kopřiv
- 500 ml drůbežího vývaru
- 300 ml kravského mléka
- 2 kousky taveného sýra
- 1 špetka soli
- 1 špetka pepře
- 1 vejce

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Redukční, Jaro,
Finančně nenáročná, Klasika, Rodina, Polévka