

# Řecká fazolová polévka (Fasolada)

Obtížnost: ○○○○○

Čas přípravy: 10h 30min , Čas vaření: 2h 30min

Celkový čas: 13h 0min , Porce: 6

1131 kalorií , 0 g cukrů , 25 g tuků , 65 g bílkovin

**Autor:** Martina Třetinová

**Odkaz:** <https://srecepty.cz/recka-fazolova-polevka-fasolada>

## Příprava

Fazole namočíme alespoň na 10 hodin (nejlépe přes noc) do vody. Před vařením je vypláchneme a použijeme na vaření vodu novou. Vložíme fazole do 2,5 litrů vody a dáme vařit na mírném plameni. Zeleninu omyjeme a nakrájíme či nasekáme najemno. Celer, mrkev, cibuli, cuketu, papriku a zelí přidáme do hrnce s fazolemi. Polévku přivedeme k varu a necháme vařit cca 30 minut. Poté přidáme rajčata, petržel, česnek, pepř a zeleninový bujón. Necháme polévku vřít asi 2 hodiny, dokud fazole nezměknou. Před koncem vaření přidáme olivový olej, oregano a osolíme dle chuti.

### Tip k receptu

Podáváme s tmavými topinkami, ke kterým můžeme přikusovat olivy, sýr feta a sardinky.

## Ingredience

- 250 g bílých fazolí
- 1 mrkev
- 2,5 l vody
- 3 celé celery
- 1 cuketa
- 250 ml rajčatového protlaku
- 1 červená paprika
- 100 g hlávkového zelí
- 5 lžic nasekané petržele
- 1 cibule
- 5 stroužků česneku
- 2 kostky zeleninového bujónu
- pepř
- sůl
- 1 lžička oregana
- 2 lžíce olivového oleje

## Kategorie

Výjimečný den, Řecká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Luštěniny, Exotika, Rodina, Polévka