

# Zeleninová polévka



**Obtížnost:** ◻◻◻◻◻

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

**161** kalorií , **3 g** cukrů , **1 g** tuků , **7 g** bílkovin

**Autor:** černoušek

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

## Příprava

Do vody nakrájíme zeleninu na kousky, osolíme a vaříme doměkka. Mezitím si připravíme jíšku z hrubé mouky, do které vklepneme vejce a vmícháme do polévky a minutku provaříme. Podle chuti dosolíme a můžeme dochutit petrželkou.

## Ingredience

- 10 dkg brokolice
- 5 dkg mrkve
- hrst hrášku
- hrst kukuřice
- kousek pórku
- 3 kousky růžičkové kapusty
- 1 vejce
- 2 lžíce hrubé mouky
- špetka soli

## Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Klasika, Rodina, Polévka

