

Kvasnicová polévková zavářka



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 5min , Čas vaření: 20min
Celkový čas: 25min , Porce: 4

554 kalorií , **0 g** cukrů , **21 g** tuků , **15 g** bílkovin

Autor: JanaB

Odkaz: <https://srecepty.cz/kvasnicova-polevkova-zavarka>

Příprava

Na rozehrátý olej rozdrobíme kvasnice. Mícháme , dokud se kvasnice neroztečou a potom neztuhnou. Do vychladlých kvasnic přidáme vejce, trochu soli, pepře a rozmícháme. Potom přidáme polohrubou mouku a sušenou petrželku. Dobře promícháme a protlačíme stěrkou přes síto s velkými otvory do vařící polévky. Zavářku vaříme asi 5 minut.

▣ Tip k receptu

Kvasnice můžeme připravovat i na smažené cibulce. Místo petrželky můžeme dát majoránku a rozetřený česnek. Vývar volíme dle chuti, může být i jenom z bujónu. Použijeme -li bujónový vývar, tak po odstavení polévky přidáme 1 lžičku slunečnicového oleje.



Ingredience

- 1 lžíce rostlinného oleje
- 3 kostky droždí (42g)
- 1 vejce
- sůl a pepř dle chuti
- 100 g polohrubé mouky
- 1 hrst petrželové nati

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Rychlovka, Polévka