

Polévka z ovesných vloček



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 35min
Celkový čas: 50min , Porce: 4

259 kalorií , **0 g** cukrů , **17 g** tuků , **2 g** bílkovin

Autor: Jiřulka

Odkaz: <https://srecepty.cz/polevka-z-ovesnych-vlocek>

Příprava

Na oleji osmahneme nadrobno nakrájenou cibuli a ovesné vločky. Zalijeme vodou, přidáme nadrobno nakrájenou zeleninu, bujon, osolíme a povaříme doměkka. Polévku dochutíme vegetou a můžeme dozdobit nakrájenou petželkou.

Ingredience

- 5 lžic ovesných vloček
- 1 cibule
- 1 lžíce oleje
- 1,25 l vody
- 1 mrkev
- 200 g celeru
- 1 kostka zeleninového bujónu
- špetka soli
- Vegeta dle chuti

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Obiloviny, těstoviny a rýže, Rychlovka, Děti do 5 let, Polévka