

Rajčatová polévka s gremolatou



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 25min , Čas vaření: 45min
Celkový čas: 1h 10min , Porce: 4

1058 kalorií , **60 g** cukrů , **49 g** tuků , **23 g** bílkovin

Autor: sonizna

Odkaz: <https://srecepty.cz/rajcatova-polevka-s-gremolatou>

Příprava

Rajčata si oloupeme a nakrájíme na kostičky. Cibuli nakrájíme najemno, česnek utřeme. Obojí smažíme na olivovém oleji po dobu osmi minut. Přidáme rajčata a cukr s octem. Zalijeme 750 ml vody, osolíme a opepříme. Vaříme 35 minut. Poté rozmixujeme dohladka. Smícháme citrónovou kůru a šťávu, dva stroužky utřeného česneku, petrželku a vše rozmixujeme. Polévku podáváme pokapanou gremolatou.

▣ Tip k receptu

Gremolata je obecně jakýsi dresink, připravený z česneku, petrželky a citrónové kůry. Jedna porce obsahuje 1283,3 KJ, 4 g bílkovin, 27 g sacharidů, 21 g tuku, 6 g vlákniny.

Ingredience

- 1 ks cibule
- 4 stroužky česneku
- 1 ks citrónu
- 1 hrst petrželové natě
- 7 lžíc olivového oleje
- 2 lžíce cukru moučky
- 2 lžíce vinného octu
- 2 kg rajčat
- 1 lžička soli
- 1 lžička pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Bezlepková, Redukční, Vegetariánská, Celoročně, Finančně nenáročná, Zelenina, Štíhlá slečna, Polévka

