

Kapustová polévka s houbami



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 40min , Porce: 6

528 kalorií , **2 g** cukrů , **0 g** tuků , **20 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/kapustova-polevka-s-houbami>

Příprava

Očistené pokrájané huby dáme na posekanú cibul' u opraženú na masti. Spolu popražíme, osolíme, podlejeme vodou a dusíme.

Neskoršie pridáme očistený kel pokrájaný na rezance a spolu dovaríme. Potom zahustíme zapražkou, povaríme a okoreníme.

Tip k receptu

Na dochutenie môžeme do hotovej polievky pridať dva strúčiky roztláčeného cesnaku.

Ingredience

- 300 g hlávkové kapusty
- 50 ml olivového oleje
- 50 g cibule
- 30 g sádla
- 30 g hladké mouky
- 150 g čerstvých hub
- voda na podlévání
- sůl podle potřeby
- troška mletého pepře

Kategorie

Obyčejný den, Slovenská, Redukční, Finančně nenáročná, Zelenina, Klasika, Rodina, Polévka

