

Kroupová polévka



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 1h 0min , Čas vaření: 30min
Celkový čas: 1h 30min , Porce: **2**

362 kalorií , **0 g** cukrů , **1 g** tuků , **8 g** bílkovin

Autor: veka

Odkaz: <https://srecepty.cz/kroupova-polevka>

Příprava

Kroupy ráno předem dobře propereme v cedníku a necháme aspoň hodinu namočené. Poté je slijeme, znovu zalijeme vodou, osolíme a přivedeme k varu. Dle velikosti je vaříme 20 - 40 minut, dokud úplně nezměknou. Pak je zcedíme. Vývar - z hovězích kostí a zeleniny. Obsah hrnce s vývarem opatrně přecedíme do jiného hrnce. Uvařenou zeleninu nakrájíme na kousky a přidáme do zcezeného vývaru, přidáme uvažené kroupy, dle potřeby osolíme. Můžem přidat nasekanou petrželovou nať.

Ingredience

- 100 g krup
- 1 l hovězího vývaru z kostí
- 1 špetka soli

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Luštěniny, Jídlo na každý den, Rodina, Polévka

▣ Tip k receptu

Můžem polévku dochutit rozdrceným česnekem.

