

Postní zelná polévka



Obtížnost: ◻◻◻◻◻

Čas přípravy: 10min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 50min , Porce: 6

512 kalorií , **1 g** cukrů , **12 g** tuků , **26 g** bílkovin

Autor: Jozef

Odkaz: <https://srecepty.cz/postni-zelna-polevka>

Příprava

Sušené huby namočíme do vody, povaríme asi 30 minút a pridáme očistené zemiaky, pokrájané na kocky, soľ, rascu a mleté korenie. Uvaríme do mäkka. Kyslú kapustu uvaríme osobitne. Mäkkú primiešame do zemiakov s hubami, zalejeme vodou a zahustíme svetlou zápražkou. Dobre ešte povaríme a do hotovej polievky zamiešame celé rozšľahané vajcia a kyslú smotanu.

▣ Tip k receptu

Neodporúčam dávať čerstvé huby. Sušene sú viac aromaticke.

Ingrediencie

- 300 g kyselého zelí
- 250 g brambor
- 150 ml zakysané smetany
- 30 g sušených hub
- 20 g hladké mouky
- 2 vejce
- troška kmínu
- troška pepře bílého
- 1 lžička soli

Kategorie

Slovenská, Redukční, Celoročně, Finančně nenáročná, Klasika, Rodina, Polévka