

Vyprošťovací zelná polévka



Obtížnost: □□□□□

Čas přípravy: 15min , Čas vaření: 40min
Celkový čas: 55min , Porce: 6

618 kalorií , **7 g** cukrů , **21 g** tuků , **24 g** bílkovin

Autor: sonizna

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

Příprava

Na oleji opečeme mrkev, celer a cibuli nakrájené na kostičky a poté 10 minut dusíme (podlijeme troškou vývaru) spolu s bobkovým listem a klobásou nakrájenou na kostičky. Zalijeme vývarem, přidáme okapané a nakrájené zelí, osolíme, opepříme a 30 minut vaříme. Na konci rozdělíme do talířů, posypeme petrželkou a pokapeme olivovým olejem.

Ingredience

- 1 lžíce slunečnicového oleje
- 100 g mrkve
- 100 g celeru
- 100 g cibule
- 2-3 stroužky česneku
- 1 ks ostravské klobásky
- 2 ks bobkového listu
- 1 sáček kyselého zelí
- 1 lžička soli
- 1/2 lžičky pepře
- 4 lžíce petrželové natě
- 1 lžíce olivového oleje
- 1,5 l hovězího vývaru

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Celoročně, Finančně nenáročná, Maso, Zelenina, Polévka

